دوشیزہ

زیر نقاب فریب ہے

زیر نقاب

دوشیزہ

تیسرا ایڈیشن

ملک میں کسی نیم طبی نیم معاشرتی کتاب کا تیسرا ایڈیشن چھپنا اسکی قبولیت کی دلیل ہے دوشیزہ کی اشاعت کے بعد ملک کے مختلف حصوں سے صنفی اور کوک شاستری قسم کی کتابوں کا ایک سیلاب آگیا۔ یہ کتابیں فحش نگاری کی بدترین مثال تھیں۔ پھر مختلف والوں نے ایک دوسرے کی نقل بازی میں اس سلسلہ کو بد سے بدتر بنا دیا لیکن اصل اور نقل، اخلاق اور بد اخلاقی میں جو فرق ہے، وہ صنفی کتابوں میں بھی نمایاں رہی۔ دوشیزہ اور دوسری صنفی کتابیں ایک پلڑے میں کبھی نہیں جا سکتیں۔ دوشیزہ کے پڑھنے والوں نے علم و عمل کا ایک نایاب ذخیرہ حاصل کیا میاں نے بیوی کو بعض ابواب پڑھائے۔ باپ نے اپنی بیٹی کو بعض حصوں کے پڑھنے کی ہدایت کی نوجوانوں نے اس سے استفادہ کیا اور بوڑھوں نے اس سے فائدہ اٹھایا۔ فحش نگاری کی کتابوں کا سیلاب ختم ہو گیا۔ اب انہیں کوئی پوچھتا بھی نہیں لیکن دوشیزہ کا تیسرا ایڈیشن آج آپ کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ انشاء اللہ یہ کتاب ہمیشہ قائم و زندہ رہیگی۔ اور ہندوستان کا کوئی گھر ایسی ضروری کتاب سے خالی نہ رہیگا۔

اسکو بغور پڑھئے۔ اور جس بات میں مشورہ کی ضرورت ہو مجھ سے خط و کتابت کیجئے

مورخہ یکم مئی ۱۹۳۲ء

حکیم محمد یوسف حسن ایڈیٹر نیرنگ خیال
لاہور

بکتابت محمد سعید احمد ہاشمی خوشنویس۔ مرغوب ایجنسی چوک متی۔ لاہور

دوشیزہ کا دوسرا حصہ

صنفِ نازک

دوشیزہ کے دوسرے ایڈیشن کے ختم ہو جانے کے بعد اس سلسلہ کا دوسرا حصہ جسکا نام "صنفِ نازک" رکھا گیا ہے زیر تیاری ہے۔ یہ کتاب دوشیزہ سے دگنا حجم اور رنگین تصاویر سے مرصع ہے۔ اس میں عورت کے متعلق ہر وہ ضروری بات موجود ہے جسکی ہر زمانہ میں ضرورت رہتی ہے۔ خیال کیا جاتا ہے کہ اس عنوان پر اس سے بہتر کتاب ہندوستان کی کسی زبان میں موجود نہیں۔ یہ کتاب چھپ رہی تھی کہ ہمیں دوشیزہ کا تیسرا ایڈیشن اس سے پہلے شائع کرنا پڑا۔ اور صنفِ نازک کا کام روک دیا گیا۔

صنفِ نازک زیادہ سے زیادہ اگست کے آخر تک چھپ کر بازار میں آجائے گی۔ ہمارے ناظرین دو سال سے اس کتاب کا انتظار کر رہے ہیں۔ اور ہم اپنے وعدوں کو پورا نہیں کر سکے۔ دفتر میں دو تین سو آرڈر کتاب کے موجود ہیں۔ لیکن دیر آید درست آید۔ جہاں ناظرین نے اتنا صبر کیا ہے وہاں اگست ۱۹۳۲ء تک اور انتظار کریں۔ اگست ۱۹۳۲ء کے بعد ہر شائق کتاب طلب کر سکتا ہے۔ کتاب کی قیمت [illegible] روپے اور محصولڈاک ایک روپیہ ہوگا کیونکہ کتاب وزنی اور ضخیم ہے۔

دوشیزہ کے خریداروں کو پورے ایک روپیہ کی رعایت ہوگی۔

آرڈر آج ہی بھیجئے تاکہ آپ یہ ضروری کتاب حاصل کر سکیں۔

منیجر

نیرنگ خیال بکڈپو لاہور

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

اس کتاب کی ضرورت

ہر کتاب کی تصنیف یا تالیف کا ایک سبب ہوتا ہے۔ جو کتاب کی ابتدا میں اختصار کے ساتھ دیباچہ کی شکل میں پیش کیا جاتا ہے۔ لیکن اس کتاب کا دیباچہ یا سبب تالیف ایک جداگانہ مضمون ہے جس پر تفصیل سے روشنی ڈالنے کی ضرورت ہے۔

علم نوعی (SEXUEL SCIENCE) (تعلقات مرد و زن)

سیکشوئیل سائنس یا علم نوعی ایک علم ہے۔ جس میں انسان کی پیدائش۔ اس کی جسمانی نشو و نما اس کی ذہنی اور اخلاقی تربیت۔ اس کی شادی اولاد وغیرہ کا بیان طبی نقطۂ نگاہ سے کیا جاتا ہے۔

دنیا بھر میں سب سے قیمتی اور سب سے ضروری اور مفید علم علم طب ہے پیغمبر اسلام کا فرمان ہے کہ دنیا میں سب سے بڑا علم آدمی ہے۔ اور اس کے بعد دوسرے درجہ پر علم الابدان یعنی علم طب ہے۔ گویا روحانیات اور گیان کے بعد تمام علوم پر طب کو فضیلت حاصل ہے

علم طب کی فضیلت کا باعث یہ ہے۔ کہ اس علم کے ذریعہ سے انسان کی صحت تندرستی اور زندگی کا قیام ہے۔ انسان کے جسم کی تمام کل دشینری اسی صورت میں چل سکتی ہے۔ جب وہ ہر قسم کے امراض سے محفوظ و مامون ہو اگر جسم کا نظام بگڑا تو باقی علوم اور ترقیاں بھی رک جاتی ہیں۔

علم طب کی مختلف شاخیں ہیں مثلاً کان۔ ناک اور آنکھ کے امراض کا علیحدہ

وغیرہ

علاج کیا جاتا ہے۔ امراض شش (سینہ) کے ڈاکٹر علیحدہ موجود ہیں۔ دیوانے کتے کے کاٹنے کا جداگانہ انتظام ہے۔ ہیضہ اور پلیگ جیسے وبائی امراض کے لئے خاص ہسپتال قائم کئے گئے۔ سرجری یعنی جراحی کے لئے بھی وسیع پیمانہ پر علیحدہ ڈاکٹر (ان) بنائے گئے ہیں۔ علاج بذریعہ ٹیکہ (وریدی پچکاری) بھی کثرت سے رائج ہو چکا ہے۔ جذامیوں کے لئے بھی علیحدہ ہسپتال اور معالج ہیں۔ نیز یورپ اور امریکہ کے متمدن ممالک میں عورتوں کو بچہ جنانے (وضع حمل) کے لئے بھی علیحدہ ہسپتال ہیں الغرض مختلف شاخیں ہیں اور ہر شاخ کے متعلق مبسوط طبی کتب موجود ہیں جن میں محققانہ انداز سے اس شاخ کے متعلق مکمل بحث کی جاتی ہے۔ تاکہ حاجت مند اصحاب ان سے مستفید ہو سکیں۔

ان تمام شاخوں میں قانون نسل یا علم نوعی SEXUAL سب سے زیادہ قیمتی اور ضروری علم ہے۔ یہی وہ علم ہے جس کی رو سے انسانی نسل کا بقا اور قیام ہے۔ اس لئے علم طب میں سب سے زیادہ ضروری اور سب سے زیادہ مفید علم علم نوعی ہے۔

اردو زبان میں اس علم پر بہت کم کتابیں لکھی گئی ہیں اور وہ بھی مختصر۔ جن میں صرف اسی قدر علم نوعی کا ذکر کیا گیا جس قدر ہماری طبی کتابوں سے اخذ ہو سکتا تھا۔ دنیا ترقی پذیر ہے۔ ہر علم کے متعلق نظریئے اور اصول اشتقاق ہوتے رہتے ہیں۔ اس لئے ایک مکمل اور مبسوط طبی تصنیف کی ضرورت تھی۔ جس میں اس علم کو تفصیل کے ساتھ پیش کیا جائے۔ تاکہ ملک اس سے مستفید ہو سکے۔

ہندوستان میں طبی کتابیں بکثرت شائع ہو رہی ہیں لیکن افسوس ہے کہ اس علم پر کسی شخص نے بھی کامل ارادہ کے ساتھ قلم نہیں اٹھایا جس کا تعلق نوع انسان کے قیام اور بہبودی پر تھا۔ یورپ میں صرف اس فن پر جو کتابیں لکھی گئی ہیں ان کی تعداد کم و بیش دو ڈھائی ہزار ہوگی۔ یورپ کے باشندے ان کتابوں کو ایک ضروری علم سمجھ کر زیر مطالعہ رکھتے ہیں۔

ہندوستان میں اس علم سے بے توجہی کا یہ نتیجہ نکلا ہے کہ نوجوانوں میں قسم قسم کے امراض پیدا ہوتے ہیں بچے کمزور پیدا ہوتے ہیں بچوں کی شرح اموات

ہم اس کتاب کو اس کہانی کے گھناؤنے اور ناپاک الفاظ سے ملوث کرنا نہیں چاہتے۔ نتیجہ یہ ہوا کہ پنڈت کوکا نے اس عورت کو اس علم کے ذریعے مطمئن کر دیا اور پھر اس علم پر مہاراجہ کے اصرار سے ایک کتاب لکھی جس کا نام کوک شاستر رکھا۔

میں نے اس کوک شاستر کے قدیم قلمی نسخوں کو دیکھا ہے۔ یہ فارسی زبان میں لکھے ہیں۔ اور میری نظر سے متعدد نسخہ جات گذرے ہیں۔ کسی ابتدائی زمانہ میں اختر بھی ان کو نہایت قیمتی چیز سمجھ کر محفوظ رکھا کرتا تھا۔ لیکن یورپ اور امریکہ کی کتابوں کے مطالعہ اور عربی فارسی و سنسکرت کتابوں کے تراجم دیکھنے کے بعد مجھے اپنے اس فعل پر ہنسی آتی ہے۔ یہی جی چاہتا تھا کہ اسے اٹھا کر باہر پھینک دیا جائے۔ چنانچہ وہ قلمی کوک شاستر جو میرے پاس تھے وہ میں نے طبی کتابوں کے بدلے میں ایک طبیب کے حوالہ کر دیئے اور اس دفتر بے معنی سے چھٹکارا حاصل کیا۔

اردو زبان میں کوک شاستر دو قسم کے ہیں۔ ایک عربی اور سنسکرت کتابوں سے اخذ شدہ ہیں۔ ان میں **علم نوعی** پر کسی قدر روشنی ڈالی گئی ہے۔ اور یہ علمی حیثیت رکھتے ہیں لیکن عوام ان کو کوک شاستر نہیں سمجھتے۔

دوسری قسم میں ان فارسی اور ہندی کوک شاستروں کا ترجمہ ہے جو پنڈت کوکا کے نام سے لکھے گئے ہیں۔ ان کو بڑی مانگ ہے۔ کوئی تصویروں والا بیچتا ہے۔ کوئی عورتوں کی اقسام بتلاتا ہے۔ الغرض خرافات اور ہزلیات کا مجموعہ ہیں۔ نوجوان اور کم تعلیمیافتہ طبقہ ان کو بکثرت خریدتے ہیں۔ بعض مترجمین اور مؤلفین نے قسم اول کے کوک شاستروں کا کچھ حصہ ان میں ٹھونس کر غلط ملط کر دیا ہے۔

میں ان احباب سے جنہوں نے اس قسم کے کوک شاستروں کو پڑھا ہے۔ پوچھتا ہوں کہ ان کے مطالعہ کے بعد ان کے علم میں کس قسم کا اضافہ ہوا؟ علم نوعی کی کسی شاخ کو اضافہ پہنچا؟ ان کتابوں کی کوئی بات سچ نظر آئی؟

اگر کوئی بات صحیح ثابت بھی ہوئی ہو گی تو وہ کوئی نسخہ ہو گا۔ ان کوک شاستروں میں جس قدر بھی نسخہ جات ہیں وہ بھی کتابوں سے اخذ کر کے بڑھائے گئے ہیں۔ اگر ان نسخہ جات کو کوک شاستروں سے نکال دیا جائے تو باقی مضمون دس بیس صفحے میں آ سکتا ہے۔ اور ان کا لب لباب اس کتاب کے ایک دو صفحات میں لکھا جا چکا ہے۔

مجھے پنڈت کوکا کے وجود پر شک ہے۔ اور میں اس کو محض ایک کہانی سمجھتا ہوں۔ چنانچہ دہلی کے ایک طبی رسالہ معین الصحت میں اختر نے ایک مضمون پنڈت کوکا پر لکھا تھا درج ذیل کرتا ہوں۔

پنڈت کوکا

(از جناب حکیم محمد یوسف حسن صاحب مہتمم انجمن کتاب و مؤلف طبی و صنعتی کتب)

(رسالہ معین الصحت)

ہندوستان میں کوک شاستروں کی بھرمار ہے۔ ہر وہ شخص جو نقل کرنے کی عادت رکھتا ہے کسی نہ کسی کوک شاستر کو چھاپ کر دھڑکا دیتا ہے۔ آپ کی نظروں سے اکثر اشتہارات گذرتے ہوں گے۔ ۵۲ آسن اور عورتوں کی چار اقسام وغیرہ نہایت اشتعال انگیز ہوتے ہیں۔ لیکن جب آپ کتاب منگوا کر دیکھتے ہوں گے تو آپ پر مایوسی چھا جاتی ہوگی۔

پنڈت کوکا کا نام ہندوستان کے طول و عرض میں ...... کی طرح مشہور ہے اور ہر شخص سمجھتا ہے کہ قانون ازدواج کا یہ سب سے بڑا ماہر کشمیر میں پیدا ہوا تھا۔ اور اس نے اس علم پر ایک قلمی کتاب لکھی جس کا اختصار یا ترجمہ ملک کے سامنے پیش کیا جاتا ہے۔

لیکن جب ترجمہ میں کچھ نہیں ہوتا تو لوگ کہا کرتے ہیں کہ اصلی **کوک شاستر** کمیاب ہے اور گورنمنٹ اصلی کوک شاستر کو فحش سمجھ کر چھاپنے کی اجازت نہیں دیتی یا اصلی ملتا ہی نہیں وغیرہ وغیرہ۔

دل کے بہلانے کو غالبؔ یہ خیال اچھا ہے

لیکن ناظرین یہ سن کر حیران ہوں گے کہ ہندوستان میں کوئی **پنڈت کوکا** پیدا نہیں ہوئے۔ یہ محض کہانی اور افسانہ ہے۔ جس شخص نے یہ کوک شاستر فارسی زبان میں لکھا تھا اس نے محض دھوکہ دینے کے لئے پنڈت کوکا کا نام لکھ دیا ہے۔ اس قسم کے قلمی کمیاب و نایاب کوک شاستر میں نے دیکھے ہیں۔ ان میں بہت کم فرق ہے۔ اصل میں وہ تمام ایک ہی نسخہ کی متعدد نقلیں ہیں اور یہ تمام فارسی زبان میں

ہیں۔ اور باوجود اس دعوے کے ان نام نہاد اصلی کوک شاستروں میں کچھ بھی نہیں۔ اور مرد و عورت کے تعلقات پر کسی قسم کی روشنی نہیں ڈالی گئی۔

اصلی قلمی کوک شاستروں میں کیا ہے؟

اصلی قلمی کوک شاستروں کو میں نے بغور مطالعہ کیا اور مجھے ان کے کئی نسخے دیکھنے کا اتفاق ہوا ہے۔ ان تمام کا لب لباب یہ ہے۔

عورتوں کی اقسام (۲) مردوں کی اقسام (۳) ان کی پہچان (۴) مرد و عورت کے باہم ملنے (حرکت جماعی) کے طریقے جن کو آسن کہتے ہیں (۵) مساس کا طریقہ (۶) کن کن تاریخوں میں مادہ منویہ عورت کے کس حصہ جسم میں ہوتا ہے (۷) شراب عطریات وغیرہ کے استعمال کے طریقے (۸) مسی، تیل، منجن، غازہ، ابٹنہ، صابن، سرمہ وغیرہ کا استعمال (۹) ادویات ملذذ، ممسک، مجفف، منزل، مقرو مبین حمل، سیلان الرحم، حیض، بیاں، مقویات ہر قسم وغیرہ وغیرہ (۱۰) امراض خفیہ کا علاج۔

ان باتوں کے علاوہ ایک افسانہ ہوتا ہے جس میں لکھا جاتا ہے کہ ایک عورت دربار میں آئی اور پنڈت کوکا سے اس کی بات چیت ہوئی وغیرہ وغیرہ۔

اب غور کیجئے اور سوچئے کہ کیا ان چیزوں کے لئے اس قدر تلاش و جستجو ہے۔ یہ جھوٹ کا طوفان اور یہ ہزلیات دیکھئے خدا جانے کس قدر نقصان کا باعث ہو رہی ہیں۔

ان کتابوں کا نصف سے زیادہ مضمون ہی غلط ہے۔ اول افسانہ غلط۔ دوم عورت کی اقسام غلط کیونکہ آپ پچاس عورتوں کو نظر کرکے ان کو چار حصوں میں تقسیم نہیں کر سکتے۔ عورت کی اقسام بہت زیادہ ہیں۔ ایسا ہی مرد کے اقسام بھی مختلف ہیں۔ عورتوں و مردوں کے معالجات میں مجھے اس بات کا کافی تجربہ ہو چکا ہے کہ عورتوں کی اقسام بہت زیادہ ہیں۔ ایسا ہی مردوں کی بلحاظ شکل و صورت کے بھی چار اقسام میں تقسیم نہیں ہو سکتی بلحاظ جذبات و احساسات کے بھی وہ اس طرح منقسم نہیں کئے جا سکتے۔

ایسا ہی عورت کا مادہ منویہ خاص تاریخوں میں خاص جگہ نہیں ہوتا۔ یہ بالکل غلط ہے۔ اور اگر کوئی صاحب اس کے مدعی ہیں تو میں بحث کے لئے حاضر ہوں۔ میں مساس کا قائل ہوں۔ اور یہ ایک طبعی و فطرتی فعل ہے۔ اکثر مزاجوں میں مختلف قسم کا اثر ہوتا ہے۔ لیکن خاص تاریخوں میں خاص مقامات کی قید محض دھوکہ ہے۔

آسن بھی فضول اور بیکار ہیں۔ ہر شخص اپنے لئے بہتر راستہ جانتا ہے۔ یہ محض اشتعال دلانے کا ڈھنگ ہے اور اگر اس علم یا طریقہ سے فائدہ بھی اٹھایا جا سکتا ہے۔ تو وہ پنڈت کوکا کے فارسی ترجمہ شدہ آسنوں سے نہیں بلکہ سنسکرت کی اصلی کتب میں ان کا ذکر موجود ہے۔

باقی باتیں ہر کتاب میں کچھ نہ کچھ موجود ہوتی ہیں۔ ہر قسم کی ادویات و نسخہ جات طبی کتابوں کے حصہ معالجات میں لکھے جا چکے ہیں۔

ان کوک شاستروں کے نقصان

ان کوک شاستروں سے ملک کے اخلاق پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ نوجوان جدید آسنوں کی آزمائش اور خاص تاریخوں میں مساس کے تجربہ میں ہی اپنے اخلاق صحت اور روپیہ کا دیوالہ نکال دیتے ہیں۔ اور اس کے بعد بھی وہ کسی علم کے ماہر نہیں ہو سکتے۔ بلکہ یہ کہہ کر اپنے دل کو تسلی دیتے ہیں کہ اصلی کوک شاستر نہیں ملتا۔ ملک کے نوجوانوں کی توجہ کو اس زہریلی تعلیم سے ہٹانا لازمی ہے۔

دوسرا سب سے بڑا نقصان یہ پہنچا ہے کہ اس علم پر کوئی بھی کتاب ہندوستان میں بزبان اردو نہیں لکھی گئی۔ یورپ میں مرد و عورت کے تعلقات پر سینکڑوں کتابیں تصنیف ہو چکی ہیں۔ جن کی قیمتیں ایک روپیہ سے لے کر تین سو روپیہ تک فی کتاب ہے۔ اور ان میں صحیح طور پر اس علم کے تمام عنوانات پر بہترین مفید طریقہ سے بطور علم کے بحث کی گئی ہے۔ لیکن ہندوستان میں ان نام نہاد کوک شاستروں کی تصنیف و تالیف سے یہ عنوان اس قدر بدنام ہو چکا ہے کہ صحیح معنوں میں کوئی بھی مفید کتاب تصنیف نہیں کی گئی۔ اور ہندوستان ابھی

ملک اس علم سے ناآشنا ہے۔

اس ناواقفیت کا نتیجہ ہے کہ ملک میں امراض مردانہ و زنانہ کی دن بدن ترقی ہے۔ نئی نسل کمزور پیدا ہو رہی ہے۔ امید ہے کہ اطباء ان امور کے متعلق اپنے خیالات کا اظہار کریں گے تاکہ ملک سے اس غلط فہمی کو دور کرنے میں کامیابی حاصل کی جائے۔

(معین الصحت)

اس مضمون کے مطالعہ سے آپ پر واضح ہو گیا ہو گا کہ پنڈت کوکا ایک فرضی داستان ہے۔

پنڈت کوکا کے کوک شاستروں میں کیا ہے

اب یہ دکھانا بھی ضروری ہے کہ پنڈت کوکا کے کوک شاستروں میں کیا لکھا ہے۔ اگر ان کوک شاستروں کے نسخہ جات کو خارج کر دیا جائے اور باقی فحش مضمون فرضی داستان اور غیر ضروری باتوں کو نظر انداز کر دیں تو بقیہ مضمون کا لب لباب یہ ہے

عورتوں کی چار اقسام۔ عورتوں کی چار اقسام یہ ہیں۔ پدمنی، چترنی، ہستنی، سنکھنی

چاروں اقسام کی پہچان۔ پدمنی۔ یہ سب سے اعلیٰ اور خوبصورت ہوتی ہے۔ سرو قد، گال مثل گل نیلوفر، بال سنبل پیچاں، پیشانی مثل قمر درخشاں، ابرو ہلال، چشم آہو، لب لعل بدخشاں، سینہ کشادہ، کلائیاں چاندی کی مچھلیاں، انگلیاں مثل پنجہ مرجان۔

پدمنی

شرمیلی، مٹک رفتار، خوشخو، شیریں گفتار، خوش اخلاق، مہر و وفا کی پتلی، صاف ستھری، جسم سے خوشبو آتی ہے اور خواہشات و خیالات ناپاک سے قطعاً بیزار ہوتی ہے۔ خوشبوؤں اور پھولوں سے پیار رکھتی ہے۔

چترنی

میانہ قد، جسم نہ بہت پتلا نہ بہت فربہ، بال لمبے، سخت اندام، بدکلام، ہم مزاج، سینہ کشادہ، نمک کھانے والی، پیٹ نازک، متلون مزاج، پر مذاق، چنچل طبیعت، راگ و رنگ کی مشتاق، خوشامد کی خواہاں، رنگین لباس کی دلدادہ، خواہشات ...... میں اعتدال کو مدنظر رکھتی ہے۔

ہستنی

ہر بات میں انداز و نخرہ کا اظہار کرتی ہے، تھرکتی اور مٹکتی ہوئی چلتی ہے

ہستنی

کوتاہ گردن، فربہ بدن، مضبوط اور قوی تن، بدخو، جنگجو، تلخ ترش اشیاء کی خواہشمند، خواہشات سے مغلوب، فحش اشیاء کی خواہشمند

سنکھنی

بلند قامت، لاغر، کلائی اور پنڈلیاں موٹی اور پتلی، ہاتھ پاؤں لمبے ہوتے ہیں، ہر کس و ناکس سے لڑتی جھگڑتی ہے، مکارہ، عیارہ، جھوٹی اور جلد باز ہوتی ہے۔ میلی کچیلی رہتی ہے۔ فحش اشیاء کی دلدادہ۔

عورتوں کی عفت و عصمت کی پہچان

(۱) زیادہ سوچ بچار اور بناؤ سنگار میں مصروف رہنے والی، پردہ کم کرنے والی، جھوٹ بولنے والی، شوہر سے لڑنے جھگڑنے والی عورت مشکوک ہے۔

(۲) دائیں بائیں گھورنے، بے وجہ ہنسنے، غیر مردوں کو چچا باپ بھائی بنانے والی کی عصمت دیر تک قائم رہنی مشکل ہے۔

(۳) غیر مردوں کے سامنے ہنسنے بولنے والی عورت کو تنہا نہ چھوڑنا چاہئے۔

(۴) جو عورت باشرم باحیا ہو اور جسم کو چھپانے والی اپنی اولاد سے محبت رکھتی ہو، وہ باعصمت اور پاکدامن ہوتی ہے۔

ان تمام مطبوعہ کوک شاستروں میں ایک اور خاص چیز کا خاص طور پر ذکر کیا جاتا ہے۔ اس کے تمام قابل اعتراض لٹریچر کو علیحدہ کر کے صرف اتنی سی بات ہے کہ بعض خاص تاریخوں میں خاص مقام پر خواہش کا قیام ہوتا ہے اور وہاں مساس کرنے سے جذبات برانگیختہ ہوتے ہیں۔ اور جلدی تسکین ہو جاتی ہے قدیم حکمائے تاریخوں اور مقامات کی تعیین یوں کی ہے۔

مقامات خواہش مطابق حکمائے ہند

بائیں طرف				دائیں طرف			
تاریخ	مقام	تاریخ	مقام	تاریخ	مقام	تاریخ	مقام
۱	پاؤں کا انگوٹھا	۳	ساق سیمیں	۵	ران	۷	شرمگاہ
۲	کف پا	۴	زیر گھٹنہ	۶	کمر	۸	ناف

بائیں طرف				دائیں طرف			
تاریخ	مقام	تاریخ	مقام	تاریخ	مقام	تاریخ	مقام
۹	پستان	۱۵	”	۲۱	دہن ولب	۲۷	زیر ٹخنہ
۱۰	گردن	۱۶	”	۲۲	پستان	۲۸	ساق
۱۱	لب ودہن	۱۷	پیشانی	۲۳	ناف	۲۹	کف پا
۱۲	رخسارہ	۱۸	کان کی جڑ	۲۴	عضو مخصوص	۳۰	انگوٹھا
۱۳	کان کی جڑ	۱۹	رخسار	۲۵	کمر		
۱۴	پیشانی	۲۰	دہن ولب	۲۶	ران		

یہ تاریخیں چاند کے حساب سے ہوتی ہیں۔

اس کے علاوہ اور کیا ہے؟

بعض اشتعال انگیز فقرے چند عریاں تحریریں طریق جماع۔ بعض آسن یا پورے ۸۴ آسن جو لغویات کا مجموعہ ہیں۔ جماع کے فوائد اور نقصانات، اولاد کے متعلق بعض پرانی تدبیریں اس کے بعد نسخہ جات شروع ہو جاتے ہیں۔ ہر ایک کتب سے نقل شدہ ہیں۔ فرق صرف ہے تو اس قدر کہ ان کے ساتھ اشتعال انگیز الفاظ اضافہ کئے جاتے ہیں۔ ان کے فوائد کو مبالغہ کے ساتھ بیان کیا جاتا ہے۔

کیا یہی کوک شاستر ہے؟

مندرجہ بالا سطور میں تمام اردو و فارسی کے مطبوعہ کوک شاستروں کا لب لباب ہے۔ صرف وہ الفاظ ساتھ موجود نہیں جو پبلک کو دھوکہ دینے اور ان باتوں کی اہمیت واضح کرنے کے لئے لکھے جاتے ہیں۔ اب سوال پیدا ہوتا ہے کہ کیا یہی وہ علم ہے جس کی اس قدر تعریف کی جاتی ہے۔ اور جس کو دنیا بھر کے تمام علوم سے بہتر و مفید بتلایا جاتا ہے۔ اس فضول بیہودہ اور غلط باتیں آج تک کسی کتاب میں نہیں لکھی گئیں۔

سب سے اول مجھے عورتوں کی چار اقسام ماننے سے انکار ہے۔ اگر عورتوں کی تقسیم ہی ضروری ہو تو میرے خیال میں عورتوں کی بے شمار اقسام ہیں جسم کے لحاظ

سے خوبصورتی کے لحاظ سے، خط وخال کے لحاظ سے۔ الغرض یہ قطعاً ناممکن ہے کہ دنیا بھر کی عورتوں کو چار حصوں میں تقسیم کر لیا جائے، اور یہ نظریہ غلط ہے۔

پھر ان چار اقسام کی تعریف اور پہچان بھی شاعرانہ رنگین بیانی ہے اور سب سے عجیب وغریب بات چاند کی تاریخوں کے مطابق جسم انسانی کے بعض حصوں میں "خواہش" کا قیام اور وہاں مساس سے تسکین ولذت کا پیدا ہونا ہے۔

ہندوستان میں ہزاروں بلکہ لاکھوں آدمیوں نے تجربہ کی کسوٹی پر اس جھوٹ کا مطالعہ کیا ہوگا۔ ہمارے خیال میں یہ بالکل غلط ہے اور کوئی شخص بھی آج تک ایسا نہیں ملا جس نے اس کی صداقت کا یقین دلایا ہو۔ باقی رہا مساس، یہ انسانی فطرت اور نفسیات سے تعلق [illegible] کتے کو بھی پچکارنے اور لاڈ پیار کرنے سے اس کی خوابیدہ محبت بیدار ہو جاتی ہے۔ ہم اس کا مفصل ذکر بھی رد سے اس کے موقع ومحل پر کریں گے۔

ان کوک شاستروں سے نقصان

ان کوک شاستروں سے ملک کو مندرجہ ذیل نقصانات پہنچے ہیں۔

۱۔ اس علم پر اصلی اور مفید کتابیں طبی اور علمی نکتہ نگاہ سے نہیں لکھی گئیں۔

۲۔ عوام مطبوعہ کوک شاستروں کو ہی علم لوغی پر بہترین کتاب سمجھتے ہے

۳۔ یہ علم بدنام ہوگیا۔

۴۔ ان کوک شاستروں کے غلط طریقوں، مذموم آسنوں اشتعال انگیز تحریروں، غلط اور نقصان دہ نسخہ جات کے استعمال سے ملک کے نوجوانوں سینکڑوں شدید امراض میں مبتلا ہو گئے ہیں۔ ملک میں عیاشی اور گنہگارانہ زندگی بسر کرنے والوں کی تعداد میں اضافہ ہوگیا۔

۵۔ نسل کمزور پیدا ہو رہی ہے جس سے ملک میں بیماریوں کی کثرت سے اموات کی کثرت ہے وغیرہ وغیرہ۔

اور لطف یہ کہ بعض تعلیمیافتہ اصحاب نے بھی اس فن پر جو کتابیں لکھی ہیں۔ اُس میں انھوں نے بھی ان پرانے اصولوں اور قواعد پر ایمان ظاہر کیا ہے

وہ خود ان کو غلط جانتے ہیں۔ مگر محض اس خیال سے کہ وہ اس علم کے ماہر نہیں ہیں اس کو درست ہی سمجھتے ہیں۔ ہمارے خیال میں سنسکرت کتب میں فارسی اردو کی کتابوں سے زیادہ باتیں ہیں۔ مگر ان میں بھی فحش نویسی ہے۔ ان میں بھی غلط اور غیر ضروری باتیں زیادہ ہیں۔ میں ایک نہایت مقبول اور مشہور کتاب یعنی ہندوؤں کا علم نومی رتی شاستر کے ضروری حصص کا اقتباس درج کرتا ہوں۔ اس کتاب میں سنسکرت اشلوکوں کا ترجمہ انگریزی زبان میں ساتھ ساتھ درج ہے۔

سنسکرت کوک شاستروں کا لُب لباب

ہندوؤں کے قانون نومی کا خلاصہ

اس کتاب کی ابتدا بھی پنڈت کوکا کی طرح ایک قصہ سے ہوتی ہے۔ سدھا نامی ایک رشی ہے جو شیوجی کا منظور نظر تھا۔ وہ دریائے نربدا کے کنارے رہتا تھا۔ شیوجی رتی شاستر کا بانی سمجھا جاتا ہے۔ اس لئے یہ رشی اس علم کے نکات سے بخوبی واقف تھا۔ تمام قسم کے کرم طاقتیں اس کے تابع فرمان تھیں۔ وہ گذشتہ اور آئندہ کے حالات بتانے پر قادر تھا۔ اس رشی کا ایک چیلا نندی نامی تھا جس نے قانون نومی رتی شاستر کے متعلق استفسار کیا۔ جس پر سدھاجی خوش ہو کر فرمانے لگے کہ اس علم کو سونے کے صندوق کی طرح پوشیدہ رکھنا چاہئے۔ یہ ہر کس و ناکس پر ظاہر نہیں کیا جا سکتا۔ سب سے اول اس علم کو ارجن جی کے پوتے جان ماجنے سنا تھا۔ اور وہ ایک کتاب کے ذریعہ سے جس کا نام سدھا نیوون ہے۔

شدھاجی فرماتے ہیں کہ دنیا میں عورت کو سب پر فضیلت ہے اور یہ جہان عورت ہی کی زندگی اور فضیلت سے قائم ہے۔ اسلئے سب سے اول عورت کا بیان کیا جاتا ہے۔

سنسکرت علم کی رُو سے عورت کی اقسام

عورتوں کی چار اقسام مقرر کی ہیں:—

؎ سنسکرت کوک شاستروں میں بھی [illegible] قصہ سے شروع ہوتی ہیں [illegible] پنڈت کوکا کی داستان [illegible]

پدمنی۔ یہ سب سے اچھی ہے اس کے بعد چترنی سنکھنی اور ہستنی ہیں۔

پدمنی کی پہچان

اس کی آنکھ کنول کی طرح۔ بدن چھریرا۔ آواز نرم اور دوچار بال جیسے چشمہ کا ناب بہتر ہیں۔ اس عورت کے جسم سے نیلوفر جیسی خوشبو آتی ہے۔ اس کی آنکھوں کی چمک کی ایک جہان بھی تاب نہیں لا سکتا۔ اس کا چہرہ ایک شگفتہ پھول معلوم ہوتا ہے۔ یہ عورت عمدہ لباس پہنتی اور صاف ستھری رہتی ہے۔

پدمنی نیکی کا پتلا۔ دوسروں سے بملائمت پیش آنے والی۔ ہر کسی پر شفقت کرنے والی۔ اپنے خاوند کی اطاعت گذار اور وفادار بیوی ہوتی ہے۔

جس گھر میں وہ رہتی ہے وہاں امن، سلامتی، خوشی اور مسرت کا دور دورہ رہتا ہے۔ خوشحالی، نیکی اور دولتمندی کے نشان ملتے ہیں۔ دکھ رنج اور بیماری اس گھر سے کوسوں دور رہتے ہیں اور یہ گھر دیوتاؤں کا گھر معلوم ہوتا ہے۔

چترنی کی پہچان

چترنی حسین ہے۔ میانہ قد والی۔ خوبصورتی کو پسند کرنے والی۔ اور خیرات و عبادات اس کو مرغوب ہیں۔ اپنے خاوند کی وفا شعار۔ خوش گفتار ہے۔ اور ہمیشہ اچھے الفاظ اس کے منہ سے نکلتے ہیں۔ یہ پدمنی کے بعد سب سے اعلیٰ اور افضل ہے۔

سنکھنی کی پہچان

یہ تیسرے درجہ کی عورت ہے۔ آنکھیں خوبصورت ہوتی ہیں۔ ناک بلند۔ قد میانہ ہے۔ اس کی گردن پر تین خط ہوتے ہیں۔ خوش مزاج ہے۔ طبیعت چنچل ہے۔ بلند آواز سے ہنستی ہے۔ مرد کو زیادہ چاہتی اور خواہشات کی طرف مائل۔ خاوند سے کم ڈرتی اور غیر مردوں سے ملاقات میں نہیں ہچکچاتی۔ بھوک اور پیاس کو جلد محسوس کرتی ہے۔

ہستنی کی پہچان

یہ چوتھے درجے کی عورت ہے۔ خواہشات سے مغلوب اور لذات دنیوی کی خواہشمند۔ فربہ جسم والی۔ بہت کوتاہ یا بلند قامت۔ آنکھیں جلتے ہوئے انگارہ کی طرح سرخ۔ نتھنے بڑے۔ جسم پر بال کھڑے رہتے ہیں۔ اور قریباً ہر حصہ جسم پر بال بکثرت پیدا ہوتے ہیں۔ لب موٹے۔ پستان کلاں۔ جسم سے شراب کی بو آتی ہے اور خواہشات سے مغلوب ہو کر غیر فطرتی ذرائع اختیار کر لیتی ہے۔

قدیم سنسکرت علوم کی رو سے بہترین بیوی کی پہچان

شاما قسم کی عورت

استری (بیوی) کیسی ہونی چاہئے۔ جس عورت کا قد میانہ، دانت سفید اور ایک لڑی میں پروئے ہوئے معلوم ہوں۔ جس کا رنگ سونے کے رنگ کے مشابہ، جو مذہبی پابندی کو پسند کرتی ہو۔ یہ شاما قسم کی عورت سب سے افضل ہے۔

دوسری قسم مرغا(?)

اس کے بال لمبے، قد میانہ، ناک خوبصورت، ہنستا ہوا مکھڑا، خوش خو، خوش گفتار، بزرگوں کا ادب و لحاظ کرنے والی، بچوں سے محبت و الفت کرنے والی، ہستیا(?) عفتی، عبادت و نیکی کی دلدادہ ہوتی ہے۔

تیسری قسم

یہ سب سے ناقص ہے۔ اس کے جسم پر بال بکثرت ہوتے ہیں۔ آنکھوں کی رنگت زرد، دانتوں پر میلاہٹ، دانت لمبے، بدزبان، گستاخ، بڑا پیٹ، لمبے ہاتھ پاؤں اور بیڈول اعضا والی ہوتی ہے۔ بلند آواز سے بولتی اور قہقہہ مار کر ہنستی ہے۔ سر کے بال چھوٹے ہوتے ہیں۔ برائی اور بدی کی طرف راغب ہوتی ہے۔

اس کے بعد کئی صفحات میں علم قیافہ کی رو سے عورتوں کی اقسام پر بحث کی گئی ہے جس کو بخوف طوالت یہاں درج نہیں کیا جاتا۔ پھر مردوں کی اقسام کے متعلق شنکری(?) نے سدھاجی سے سوال کیا ہے جس کا جواب انھوں نے دیا چنانچہ اس کا خلاصہ درج ذیل کرتا ہوں۔

سدھاجی کی تقسیم متعلق اقسام مرد

مردوں کی چار اقسام ہیں:-

شاشش — خرگوش کی قسم
مرگ — ہرن کی قسم
برشش — بیل کی قسم
اشو — گھوڑے کی قسم

شاش قسم کے مرد کی علامات۔ گفتگو میں علم و بردباری کا اظہار کرتا ہے سچائی کا دلدادہ اور ہمیشہ اچھی بات زبان سے نکالتا ہے۔ ہمیشہ نیک صحبت کو پسند کرتا ہے۔ وہ خوبصورت حسین اور تندرست ہوتا ہے۔ اور عبادات اس کو مرغوب ہوتی ہیں اس کا قد نہ بہت بلند ہوتا ہے نہ بہت کوتاہ۔ وہ اپنے بزرگوں اور اپنے سے بلند مرتبہ اصحاب کا ادب ملحوظ رکھتا ہے۔ وہ ہمیشہ دوسروں کے ساتھ نیکی کرنا پسند کرتا ہے۔

اسکی آواز گہری اور شیریں ہوتی ہے۔ اس کا آئینہ قلب کبھی برائی سے مکدر نہیں ہوتا۔

مرگ قسم کے مرد کی علامات۔ اس کا چہرہ شگفتہ ہنستا اور مسکراتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ اعضا بے حد مضبوط، راگ و رنگ کو پسند کرتا ہے۔ اس کی آنکھیں ہمیشہ بے چینی کا اظہار کرتی ہیں۔ یہ خوراک خوب کھاتا ہے۔ مہمان نواز ہوتا ہے مذہبی رسوم و عبادات میں شامل ہوتا ہے۔

برشش قسم کے مرد کی علامات۔ اس کا جسم ذرا جھکا ہوا لیکن خوبصورت ہوتا ہے اس کے رشتہ دار بکثرت ہوتے ہیں عقلمند اور شائستہ ہوتا ہے۔ ......

جس کی ٹانگیں چھوٹی اور پیٹ خوب مضبوط ہو۔ جس کو شرم و حیا کم ہو وہ بھی برشش قسم کا ہے۔ جو عورت کو دیکھ کر فوراً مست ہو جاتا ہو۔ اور جو گنہگارانہ زندگی سے بالکل نہ گھبراتا ہو وہ بھی برشش قسم سے ہے۔

وہ شخص جو کم سونے والا لیکن خواہشات کا غلام ہو۔ وہ بھی برشش قسم کا ہے۔

اشو قسم کے مرد کی علامات۔ اس کے جسم کی جلد کھردری ہوتی ہے ہمیشہ برائی کی طرف راغب۔ بے خوف۔ بلند قامت۔ تیز رفتار ہوتا ہے جس شخص کا رنگ سیاہ ہو دوسروں کی عیب جوئی کرے خواہشات سے مغلوب اور رستا گرتا(?) والا بیکلی(?) اور شرافت کا دشمن ہو وہ بھی اشو قسم سے ہے چوری۔ زنا۔ شراب کا عادی ہوتا ہے۔

نیند کی کثرت و آرام سے کبھی پورا فائدہ نہیں اٹھاتا جسم فربہ۔ اور خواہشات کی کثرت سے انفعال بد اس کو میسر آئیں۔ اس کی طبیعت سیر نہیں ہوتی۔

اسی عہد کی مغربی عورت

مشرقی خواتین

اس کے بعد نندی نے سدعاجی سے پوچھا کہ کون کون سی مردوں کی اقسام شادی کون کون سی عورتوں کی اقسام سے ہونی چاہئے۔ سدعاجی یہ سوال سن کر خوب ہنسے اور جواب میں فرمایا کس قسم کے مرد کی شادی کس قسم کی عورت سے ہو۔

(۱) پدمنی جو عورتوں میں سب سے اول و افضل قسم ہے۔ اور جس کے جسم سے کنول کی طرح سے خوشبو آتی ہے۔ وہ شاش قسم کے مرد کی بیوی بننے کے قابل ہے۔ اس قسم کا بواہ لکشمی اور نرائن جی کے بواہ کے برابر ہے۔

(۲) دوسری قسم کی عورت جس کا نام چترنی تجویز کیا گیا ہے۔ جو خوبصورتی میں ایک مصور کی قلم کا اعجاز معلوم ہوتی ہے۔ یہ مرگ قسم کے مرد کی بیوی بننے کے لائق ہے۔ اس قسم کا بواہ گویا پاربتی اور شنکر کا بواہ ہے۔

(۳) تیسری قسم کی عورت سنکھنی ہے۔ جس کے جسم سے شراب کی سی بو آتی ہے۔ وہ برش قسم کے مرد کے ساتھ بیاہنے کے قابل ہے۔ اس قسم کا بواہ گویا رتی اور برہما جی کا بواہ ہے۔

(۴) چوتھی قسم کی عورت ہستنی کا بواہ اشو قسم کے مرد سے ہونا چاہئے۔ اس قسم کا بواہ مانند دروپدی اور ارجن کے بواہ کے موافق ہے۔

جب اس طریقہ سے بواہ ہوگا تو اس خوشی اور راحت ملے گی۔

---

[۱] لکشمی قسمت کی دیوی ہے۔ نارائن وشنو جی کا دوسرا نام ہے جو ہندو مذہب میں ایک دیوتا ہے۔ پاربتی ہمالیہ کی بیٹی اور شنکر جی کی بیوی ہے۔ شنکر جی یعنی شیو جی دوسرا نام ہے جو ہندو مذہب میں ایک دیوتا ہیں۔ رتی ہندو علم الاصنام میں عشق سے بھری محبت کا دیوتا۔ کام دیو محبت اور خوبصورتی کا دیوتا۔ برہما ان [illegible] جس کے متعلق ان میں بہتری ہیں۔ [illegible]

[illegible]

[illegible] دونوں کی بیاہتی بیوی [illegible] بارش [illegible] ہے۔

اس کے بعد نندی نے رشی سدعاجی سے بادب پوچھا کہ عورتوں کے حیض ایام ماہواری پر کچھ روشنی ڈالئے۔

اس کے جواب میں رشی نے فرمایا کہ جب سب سے اول عورت کو حیض آتا ہے۔ تو اس سے حیرت انگیز نتائج اخذ کئے جا سکتے ہیں۔ اور اس قسم کے نتائج کبھی غلط نہیں ہوتے۔

چاند کی کسی تاریخ میں جب اول بار حیض ہو تو اسی تاریخ کے مطابق اس عورت کے مستقبل کے متعلق پیشین گوئی کی جا سکتی ہے۔ چاند کی تاریخوں کا حیض پر بہت گہرا اثر ہے۔ اور بڑے سالہا سال کے تجربہ کے بعد یہ باتیں حاصل ہوئی ہیں۔ چنانچہ اُن کا خلاصہ درج ذیل کیا جاتا ہے۔

قدیم سنسکرت علم

پہلی بار کے حیض سے عورت کا مستقبل بتانا

اگر کسی عورت کو پہلی بار چاند کی پہلی تاریخ کو حیض آئے تو وہ عورت تمام عمر قسم قسم کے امراض میں مبتلا رہے گی۔ بعض ماہرین فن نے لکھا ہے کہ ایسی عورت بہت جلد مر جاتی ہے۔

شاستروں کی رو سے جس عورت کو پہلی بار چاند کی دوسری تاریخ کو حیض آئے وہ غیر مستقل مزاج اور کمزور دماغ کی عورت ہوگی۔

شاستروں کی رو سے جس عورت کو پہلی بار چاند کی تیسری تاریخ کو حیض آئے اس کے گھر اولاد نہ ہوگی کیونکہ اس کا حیض کوئی پھل نہ لائے گا۔

شاستروں کی رو سے جس عورت کو پہلی بار چاند کی چوتھی تاریخ کو حیض آئے گا اس کی اولاد یا تو پیٹ ہی میں مر جائے گی یا ولادت کے تھوڑے عرصہ بعد اور اس کی گود زندہ اولاد سے خالی رہے گی۔

جس عورت کو چاند کی پانچویں تاریخ کو اول بار حیض آئے گا وہ یا تو جلدی

مرجائے گی یا تمام عمر بیمار کمزور رہے گی۔ اور زندگی کا لطف نہ اٹھا سکے گی۔

جس عورت کو چاند کی چھٹی تاریخ کو اول بار حیض آئے گا وہ کم عمر ثابت ہوگی۔ اس لئے اس کی زندگی اور پیدائش ناکارہ ثابت ہوگی۔ اور بیماری ہمیشہ اس پر مسلط رہے گی۔

جس عورت کو چاند کی ساتویں تاریخ کو اول بار حیض آئے گا اس کی گود تمام عمر اولاد سے خالی رہے گی۔ بعض کا خیال ہے کہ ایک بچہ پیدا ہونے کے بعد دوبارہ اولاد پیدا نہ کر سکے گی۔

شاستروں کی رو سے جس عورت کو اول بار حیض چاند کی آٹھویں تاریخ کو ہو وہ صحت اور تندرستی سے مالامال رہے گی۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ ماہی کی طرح سے ہوگی یعنی بدکار۔

شاستروں کی رو سے جس عورت کو اول بار حیض نویں تاریخ کو ہوگا وہ خوشی و مسرت سے طویل عمر بسر کرے گی۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ ہر قسم امراض سے محفوظ رہے گی اور اپنے خاوند سے محبت رکھے گی۔

رتی شاستر میں لکھا ہے کہ جس عورت کو اول بار حیض چاند کی دسویں تاریخ کو ہوگا۔ وہ گندہ چال چلن کی عورت ہوگی۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ [illegible]

جس عورت کو بھی اول بار حیض چاند کی گیارھویں تاریخ کو ہو اس کا چال چلن یقیناً خراب ہوگا۔ اور اپنے خاندان پر دھبہ لگائے گی۔ بعض نے اسی کا نام ناگنی ہستنی لکھا ہے۔

جس عورت کو اول بار حیض چاند کی بارھویں تاریخ کو ہو وہ ایک گروہ ہوگی۔ بعض ماہرین کا خیال ہے کہ یہ ناگنی قسم کی عورت ہے۔

[illegible] ہوتی ہے جو [illegible] اور [illegible]
[illegible] ہوتی ہے [illegible] کہتے ہیں [illegible]
[illegible] کہتے ہیں کہ یہ دونوں [illegible] کے خادم ہیں اور آدمیوں کو [illegible]
[illegible] نقصان پہنچانے کی قدرت رکھتی ہیں۔ ناگنی بھی جوگی سے زیادہ [illegible] کی قوت
ہوتی ہے [illegible] قسم [illegible] ہے۔

جس عورت کو اول بار حیض چاند کی تیرھویں تاریخ کو ہو۔ وہ کبھی بیوہ نہ ہوگی اور اپنے خاوند کی خدمت گذار رہے گی۔ وہ حقیقی معنوں میں پتی برتا کا نمونہ ہوگی یعنی وہ اپنے خاوند کے دکھ کو اپنا دکھ سمجھے گی اور اس کی خوشی کو اپنی خوشی تصور کرے گی۔ جب اس کا خاوند بیمار ہو گیا ہو تو اداس ہو جاتی ہے۔ جب وہ مر جاتا تو وہ بھی مر جاتی ہے۔

جس عورت کو اول بار حیض چاند کی چودھویں تاریخ کو ہو وہ دکھ اور مفلسی کا شکار رہے گی۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ مفلس اور قلاش رہے گی۔

جس عورت کو اول بار حیض پورے چاند کے دن ہوگا وہ عورت دولت سے مالامال رہے گی اور اس کے بیٹے اور پوتے پیدا ہوں گے۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ کملا قسم کی عورت ہوگی۔

اگر اول بار حیض نئے چاند والے دن ہوگا تو وہ عورت مغرور اور خود سر ہوگی۔ اس کا چال چلن خراب ہوگا۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ بخاروں میں اکثر مبتلا رہے گی۔ یا دیگر امراض سے اور اس میں کسی قسم کا شک شبہ نہیں ہے۔

اس کے بعد تندی نے پوچھا کہ اب مجھے اول بار حیض کے اثرات کا نتیجہ ہفتہ کے دنوں کے مطابق بتلایا جائے۔ جس کے جواب میں رشی سدھاجی نے فرمایا:۔

جس عورت کو اتوار کے روز اول بار حیض آئے گا وہ بیوہ ہو جائے گی۔

" " سوموار (پیر) " " " وہ اپنے خاوند کی خدمت گذار ہوگی اور اس کا خاوند اس سے محبت کرے گا۔

جس عورت کو منگل کے روز اول بار حیض آئے گا وہ خراب چلن ہوگی۔

" " بدھ " " " وہ خوشی دولت اور عزت سے مالامال رہے گی۔

جس عورت کو جمعرات کے روز اول بار حیض آئے گا اس کا خاوند

دولتمند اور خوش قسمت ہوگا۔

جس عورت کو جمعہ کے روز اول بار حیض آئے گا۔ اس کے عمر طبعی کو پہنچنے والی کثیر اولاد ہوگی۔

جس عورت کو ہفتہ کے روز اول بار حیض آئے گا وہ تمام عمر بے اولاد رہے گی اور اپنے خاوند پر مصایب لائے گی۔

اس کے بعد تندی نے پوچھا کہ اب مجھے اول بار حیض آنے کے نتائج بلحاظ مہینوں کے بتلایئے۔ چنانچہ رشی سدھاجی نے جواب دیا۔

جس عورت کو اول بار حیض بیساکھ* کے مہینہ میں آئے گا۔ وہ سب سے ترش کلامی سے پیش آئے گی۔

جس عورت کو اول بار حیض جیٹھ کے مہینہ میں آئے گا وہ ضرور بیوہ ہوجائیگی

اساڑھ ۔ ۔ ۔ وہ دنیا میں بامراد ہوگی

ساون ۔ ۔ ۔ اس کے مردہ بچے پیدا ہوں گے اور بدقسمتی کا شکار رہے گی۔

جس عورت کو اول بار حیض بھادوں کے مہینہ میں آئے گا وہ کمزور کرنے والے امراض کا تمام عمر شکار رہے گی۔

جس عورت کو اول بار حیض اسوج کے مہینہ میں آئے گا وہ بدقسمت ہوگی اور اولاد بھی ناقص۔

جس عورت کو اول بار حیض کتک کے مہینہ میں آئے گا وہ اپنے خاوند کی تباہی کا باعث ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض مگھر کے مہینہ میں آئے گا وہ یقیناً نیک کردار اور اپنے خاوند کی اطاعت شعار ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض پوہ کے مہینہ میں آئے گا وہ خوبصورت اور

---

* بیساکھ کا مہینہ ۱۳ اپریل سے شروع ہوتا ہے اس حساب سے انگریزی مہینے معلوم کر سکتے ہیں۔

مغلوب جذبات ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض ماہ کے مہینہ میں آئے گا وہ وفادار اور اطاعت شعار بیوی ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض پھگن کے مہینہ میں آئے گا اس کے بکثرت دیر تک زندہ رہنے والی اولاد ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض چیت کے مہینہ میں آئے گا وہ خواہشات اور فواحشات سے مغلوب ہوگی۔

اول بار حیض کا اثر بلحاظ وقت۔

جس عورت کو اول بار حیض دن کے وقت آئے گا وہ اچھے نصیبہ کی عورت ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض رات کے وقت آئے گا وہ خاوند کی منظور نظر ہوگی اور اپنے خاوند کے لئے خوشحالی کا باعث ہوگی۔

جس عورت کو اول بار حیض بین صبح کے وقت ہوگا یا بین شام کے وقت وہ تمام عمر زندہ درگور رہے گی۔

ایام حیض میں ضروری ہدایات

قدیم سنسکرت علم کے مطابق

جس عورت کو حیض آئے وہ مکان کے اندر رہے اور لوگوں کے سامنے نہ آئے وہ زیورات اتار دے اور غسل نہ کرے۔ اسے صرف ایک کپڑا اپنے جسم پر لپیٹے رکھنا چاہئے یعنی لباس تبدیل نہ کرے اور جہاں تک ہو سکے خاموشی اور سکون کے ساتھ اپنا چہرہ نیچے کی طرف کر کے بیٹھی رہے۔

رات کو وہ زمین پر لیٹے اور دن رات میں صرف ایک بار مٹی کے برتن میں کھانا کھائے اور چلو سے پانی پیئے۔

اسے ان ایام میں گوشت اور مٹھائی سے پرہیز رکھنا چاہئے اور دست دیکھو

ان ایام میں اسے دودھ نہ پینا چاہیے۔ نہ آنکھوں میں سرمہ لگائے۔ نہ دودھ بلوئے
دھوئے نہ آگ کے پاس بیٹھے۔ تین دن ایسی احتیاط سے گذارنے کے بعد جب
حیض سے فراغت پائے تو پھر ہر بات کی اجازت ہے۔

(۶)

اس کے بعد نندی نے رشی سدھاجی سے ... ...
... ... معلوم کئے ان کو طبی کتب میں آداب و قواعد جماع کہتے
ہیں اور شاستروں اور کوک شاستروں میں ... ... میں اس
کا خلاصہ یہاں درج کرتا ہوں۔

مرد اور عورت کو ایام حیض میں جدا رہنا چاہیے۔

ایام حیض سے فراغت کے بعد جب عورت غسل کر چکے تو وہ پاک
صاف ہو کر مرد سے ملنے کے قابل ہوتی ہے۔

جو لوگ عورت کے ساتھ بے وقت سوتے ہیں وہ بڑے گناہ کے
مرتکب ہوتے ہیں۔

جو شخص گیارھویں تاریخ (چاند) کو جماع کرے گا۔ وہ اپنی عمر کو کم کرتا ہے
شاستروں میں لکھا ہے نئے چاند والے دن اور پورے چاند والے دن
عورت سے علیحدہ رہیں۔

سفر کو روانگی کے وقت بھی عورت سے علیحدہ رہیں۔ ورنہ راستے میں
مشکلات کا سامنا ہوگا۔

چاند کے بڑھنے کے ایام میں آٹھویں اور چودھویں تاریخ کو عورت سے پرہیز
رکھیں۔ ہر ہندی مہینے کے آخری دن بھی مرد عورت علیحدہ رہیں۔

ممنوع ایام اور تاریخوں میں جماع
کے نقصانات

اگر نئے یا پورے چاند والے دن حمل قرار پائے گا تو اولاد ناقص، کمزور اور
خراب پیدا ہوگی۔ کیونکہ ان دنوں میں انسان کے جسم پر عجیب وغریب مدوجزر

ہوتا ہے۔

ایام حیض کے ابتدائی تین ایام میں اگر حمل قرار پا جائے تب بھی اولاد
کمزور، بدشکل اور جلدی مرجانے والی پیدا ہوگی۔ اس کا باعث یہ ہے کہ ان تمام
ایام میں عورت کے جسم سے ناقص خون کا اخراج ہوتا ہے۔

بچوں کی کم عمری کے بواعث

عورت کے سن بلوغ تک پہنچنے سے قبل اگر حمل قرار پا جائے تو بچے کمزور
اور بیمار پیدا ہوتے ہیں۔

اگر مرد دن کے وقت عورت سے ہم بستر ہوگا تو اس کی زندگی کم ہوجائیگی
اگر اس سے حمل قرار پا جائے تو اولاد برے چال چلن کی ہوگی۔

جو شخص رات کے پہلے حصہ میں ہم بستر ہوتا ہے اس کے تھوڑی عمر
میں مرجانے والی اولاد پیدا ہوتی ہے۔

جو شخص رات کے دوسرے حصہ میں ہم بستر ہوتا ہے اس کے لڑکے اور
اور لڑکیاں بدقسمت اور کمزور پیدا ہوں گے۔

جو شخص رات کے تیسرے حصہ میں ہم بستر ہوتا ہے اس کے لڑکا پیدا ہوگا
جو شرارتی ہوگا۔

ایسا ہی اس حصہ وقت میں اگر لڑکی پیدا ہو تو وہ بھی بدچلن اور
اپنے خاوند کی قاتل ہوگی اور اپنے بڑھاپے میں بہت غریب اور دوسروں کی
محتاج ہوگی۔

جو شخص رات کے چوتھے حصہ میں ہم بستر ہوتا ہے اس کے خوشحال تندرست
اور عبادت کا مشتاق لڑکا پیدا ہوگا۔ اس حصہ میں لڑکی پیدا ہو تو وہ شریف اور
اپنے خاوند کی اطاعت شعار ہوگی۔

ایام حیض کے یوم اول میں ہم بستر ہونے پر مرد کی زندگی میں کمی اور اولاد

قبل از وقت مر جاتی ہے۔

ایام حیض کے دوسرے دن ہم بستر ہونے پر بچے رحم میں ہی مر جائیں گے یا پیدا ہونے کے بعد زیادہ دیر تک زندہ نہ رہ سکیں گے۔

ایام حیض کے تیسرے دن ہم بستر ہونے پر انسان کی عمر کم ہوتی اور بچے بھی جلد مر جانے والے پیدا ہوتے ہیں۔

ایام حیض کے چوتھے دن ہم بستر ہونے پر ایسی اولاد پیدا ہوگی جو تھوڑا عرصہ زندہ رہے۔

ایام حیض کے پانچویں دن ہم بستر ہونے پر اس کے یقیناً اولاد اچھی پیدا ہوگی۔

ایام حیض کے چھٹے دن ہم بستر ہونے پر درمیانی قسم کا لڑکا پیدا ہوگا نہ اچھا نہ برا۔

ایام حیض کے ساتویں دن ہم بستر ہونے پر بے اولاد ہوگا۔

" " آٹھویں " خوشحال ہوگا اور لڑکا پیدا ہوگا۔

" " نویں " میاں بیوی دونوں خوشحال و تندرست ہونگے

" " دسویں " طاقتور اولاد پیدا ہوگی۔

" " گیارھویں " عورت یقیناً بیمار ہوگی

" " بارھویں " ایسا لڑکا ہوگا جو دنیا میں بہترین ہوگا

" " تیرھویں " خراب چلن کی لڑکی تولد ہوگی

" " چودھویں " شریف اور نیک طینت فرزند ہوگا

" " پندرھویں " لڑکی پیدا ہوگی جو اپنے خاوند کی اطاعت شعار ہوگی۔

ایام حیض کے سولھویں دن ہم بستر ہونے سے وہ خوش قسمت[1] انسان ہوتا ہے۔

---

[1] برجستہ میں گنتا ہوتا ہے۔

عورتوں کے بستر بلحاظ اقسام زنان

(۱) پدمنی جو تمام اقسام عورت میں حسین اور نازک اندام ہوتی ہے وہ دنیا کے آرام دینے والے سب سے نازک بستر پر بھی بے چینی اور تھکاوٹ محسوس کرتی ہے۔

اس کو صرف کچھ مسرت اور آرام اس وقت حاصل ہوتا ہے جب وہ پھولوں کی پتیوں پر آرام کرے۔ اگر صندل کے پھول، کنول کے پھول، مالتی وغیرہ کے پھولوں سے بستر ترتیب دیا جائے۔ تو ان پر لیٹنے سے اُسے آرام اور راحت معلوم ہوتی ہے۔

(۲) چترنی کا بستر روئی کا بنایا جائے جو خوشبوؤں سے معطر ہو۔

(۳) سنکھنی کا بستر اگر سفید ہو اور تکیہ نرم اور بستر دراز ہو تو وہ اس کو پسند کرتی ہے مہا دیو جی نے کہا ہے کہ سنکھنی عورت کا بستر بلند، نرم اور دودھ کی طرح سفید ہونا چاہیے

(۴) ہستنی۔ اس کو نہ پھولوں کا بستر مطلوب ہے نہ گداز و نرم۔ کیونکہ یہ چیزیں اسے پسند نہیں ہیں۔ وہ صرف زمین پر اپنے خاوند کے ساتھ ہمیشہ لیٹے رہنا پسند کرتی ہے

عورتوں کے چاروں اقسام کو خوش کرنے کے طریقے

پدمنی کیونکر خوش ہوتی ہے

پدمنی کو خوبصورت زیورات، عمدہ لباس اور اچھے الفاظ پسند ہیں۔

پدمنی سے جہاں تک ہو سکے نیکی اور محبت کی گفتگو کرے۔ وہ ہمیشہ مرد کے بائیں پہلو کے پاس بیٹھنا اور لیٹنا پسند کرتی ہے۔

چترنی کیونکر خوش ہوتی ہے

اس سے محبت آمیز باتیں کرو۔ خوشگوار کہانیاں سناؤ۔ اس سے وہ خوش ہوتی ہے۔ اس کو زیورات اور لباس دو اور مختلف قسم کی اچھی چیزیں۔

سنکھنی کیونکر خوش ہوتی ہے

وہ جواہرات زیورات پسند کرتی ہے۔ جو دوسری عورتوں سے اچھے اور قیمتی ہوں۔ وہ بھی محبت آمیز الفاظ کو سننا پسند کرتی ہے۔

اس کو گوشت .... اور مچھلی کھلاؤ۔ وہ ہمیشہ مرد کی قوت مردی

محبت۔ اور مرد سے ہرگز بھی پیار کرنا پسند کرتی ہے۔

ہندوؤں کے علمِ نوعی پر ایک نظر

پنڈت کوکا کے کوک شاستروں کا خلاصہ درج کرنے کے بعد جن میں اشتعال انگیز فقرات اور نسخہ جات سے پرہیز رکھا گیا ہے، سنسکرت سے ہندوؤں کے علم نوعی کا خلاصہ بھی درج کر دیا ہے۔ پنڈت کوکا کا اصلی قلمی کوک شاستر ایک اشتعال انگیز بیان کہانی سے شروع ہوتا ہے۔ اور ہندوؤں کا علم نوعی ایک رشی اور دیوی کی باہمی گفتگو سے مرتب ہوتا ہے۔ پنڈت کوکا نے عورتوں کی چار اقسام بھی ہیں۔ وہ زیادہ واضح ہیں۔ پھر بھی میں اس امر سے کسی صورت میں بھی متفق نہیں کہ تمام عورتیں چار اقسام میں تقسیم کی جا سکتی ہیں۔ چاروں اقسام کی پہچان پہ بحث کی پہچان کی عجیب تشریح کی گئی ہے اور سب سے زیادہ زور علم قیافہ کی رو سے عورتوں اور مردوں کی پہچان پر صرف کیا گیا ہے۔ علم قیافہ ایک حد تک ضرور صحیح ہے لیکن میں نے اس کا ترجمہ اس جگہ درج کرنا غیر ضروری سمجھا ہے۔ وہ اپنے مقام پر آ جائے گا۔

سدھاجی نے مردوں کی اقسام بھی بتلائی ہیں اور جدید اردو کوک شاستروں میں جو پنڈت کوکا کے نام سے شائع ہو رہے ہیں۔ یہ اقسام درج کر لی گئی ہیں۔ حقیقت میں پنڈت کوکا کا کوک شاستر بھی تمام و کمال سدھاجی کی کتاب سے اخذ شدہ ہے۔ صرف چند گندے الفاظ اور ایک فرضی کہانی کا فرق ہے یا بعض باتوں کو اس نے درج نہیں کیا۔ لیکن زیادتی کسی قسم کی نہیں۔

سدھاجی کے علم نوعی میں سب سے عجیب بات یہ ہے کہ انہوں نے عورت کے اول بار حیض آنے سے اس کی آئندہ صحت و بیماری، رنج و خوشی اور اولاد کا نتیجہ نکالا ہے۔ اس میں شک نہیں کہ چاند کے مد و جزر کا اثر بڑی دور تک ہوتا ہے۔ دریاؤں، موسم اور سمندر کا اتار چڑھاؤ بھی چاند کے بڑھنے اور گھٹنے سے متاثر ہوتا ہے۔ پھر کوئی وجہ نہیں کہ عورت اس سے متاثر نہ ہو۔ ایام حیض

میں بعض عورتیں چاند کی تاریخ سے برابر متاثر ہوتی ہیں۔ پس ان ایام میں جماع کے نتائج کو سدھاجی نے جس طریقہ سے اخذ کیا ہے۔ وہ دو اصولوں پر مبنی ہیں۔ ایک تو چاند کے مد و جزر سے جس کا اثر انسان کے خون کے دورہ پر ہوتا ہے۔ جب دورہ صحیح ہو اور خون مصفا ہو تو اولاد ٹھیک ہو گی۔ جن دنوں دورہ خام ہو اولاد ناقص ہو گی۔ دوسرا اصول اس کے ساتھ علم نجوم کا ہے بعض ستاروں کا بعض ایام اور مہینوں میں چاند کی بعض تاریخوں میں خاص اثر ہوتا ہے۔ یہ اثر بھی طبی ہے۔ یعنی ان ایام میں جسم انسانی کا توازن قائم نہیں رہتا۔ اس قسم کے قواعد صرف وہی شخص وضع کر سکتا ہے۔ جو نجوم، علم طب اور فلکیات سے ماہر ہو معلوم ہوتا ہے۔ کہ سدھاجی ان علوم سے واقف و ماہر تھے۔

پس اگر یہ قواعد ان علوم کی رو سے صحیح اور درست ہیں تو کوئی وجہ نہیں کہ لوگ ان سے فائدہ نہ اٹھائیں۔ اگر ان اصولوں کے خلاف ورزی کرنے سے کمزور، ناقص اور جلدی مر جانے والی اولاد پیدا ہوتی ہے۔ تو قواعد کی پابندی کی جائے یہ اصول بہر حال اصول ہیں تجربہ کرنے اور نتائج کا بغور مطالعہ کرنے سے انسان اصلیت کو حاصل کر سکتا ہے۔ اس کے متعلق میں اپنے تجارب کسی اور مقام پر لکھوں گا۔

پنڈت کوکا کے کوک شاستر اور ہندوؤں کے علم نوعی کے خلاصہ کے بعد بھی یہ سوال باقی رہ جاتا ہے کہ کیا اس قدر علم کفایت کر سکتا ہے؟ میرے خیال میں ہرگز نہیں۔

بعض قدیم سنسکرت کتب میں زیادہ وضاحت سے ان امور پر روشنی ڈالی ہے۔ یہاں تک کہ دلالہ جو عورت کو مرد سے ملاتی ہے اس کی پہچان کے قواعد وغیرہ بھی درج کئے ہیں۔ لیکن ان سے بھی اس علم کے اصولی قواعد پر کچھ زیادہ روشنی نہیں پڑتی۔

فارسی اور عربی کی بعض کتابوں میں علم نوعی کے متعلق زیادہ معلومات ہیں لیکن وہ بھی کتب سے اخذ شدہ ہیں۔ باقی لغویات اور فحش ہے۔

بہ لحاظ سائنس اور فن کے اردو زبان میں کوئی جامع کتاب نہیں ہے۔

ؤ کتابیں موجود ہیں ان کا بیشتر حصہ حسن و خوبصورتی کے متعلق ہے۔ یہ حصہ بھی علم
ؤمی سے جدا نہیں۔ لیکن صرف اسی پر تفصیل سے روشنی ڈالنا اور باقی ضروری
علومات کو ظاہر کرنے سے احتراز کرنا کسی صورت بھی جائز نہیں۔

میرے مقاصد

اس کتاب تربیت الانسان یعنی رتی شاستر BEXLLAL SCIENCE
لکھنے سے میرا مقصد محض یہ ہے کہ ہندوستان کی تعلیم یافتہ آبادی خصوصاً اطبا
ڈاکٹر اور وید اردو زبان میں اس علم پر ایک انتہائی کتاب کا مطالعہ کر سکیں اور
ں کے بعد امراض کے علاج اور ہدایات سے ہندوستان کی آبادی کو فائدہ پہنچا
ئیں۔ اس کتاب کو میں نے چار اہم حصص میں تقسیم کر دیا ہے۔ حصہ اول میں
ر نطفہ سے لے کر وضع حمل تک اور اس کے بعد بچہ کی پرورش۔ اس کی صحت
درستی، خوبصورتی، حفاظت اور جوانی تک کے تمام ضروری حالات لکھے ہیں۔
س حصہ کا نام دوشیزہ رکھا ہے۔ یعنی جہاں تک لڑکی یا لڑکا کنوارے ہیں۔
حصہ دوم میں ان کی شادی سے لے کر اولاد پیدا کرنے تک کے حالات ہوں گے
ر اسی طرح سے باقی تیسرے اور چوتھے حصہ کی تقسیم کی گئی ہے۔ جس کا اس جگہ میں
ذکر مناسب نہیں۔ دوسرے حصہ کے مطالعہ پر آپ کو معلوم ہو جائیگا۔

اس کتاب کو کوک شاستر نہ سمجھا جائے

یہ الفاظ میں نے اس لئے لکھے ہیں کہ میں اس کتاب کو عیاش آدمیوں کے
لئے نہیں لکھ رہا۔ نہ ہی یہ کتاب عیاشی سکھلائے گی۔ بلکہ انسانی غلطیوں، گناہوں اور
قدرت کے اصولوں کے خلاف ورزی سے آگاہ کرتے ہوئے انسان کو بدی سے بچائے
گی۔ یہ تو فن علم طبی ہے۔ یہ بازاری کوک شاستر نہیں ہے۔ جن میں چند فضول اور
اشتعال انگیز باتیں لکھ کر اس علم کی بے عزتی کی جاتی ہے۔

یہ کتاب مذہبی نہیں طبی ہے

چونکہ میں طبیب ہوں اور مجھے مطب کرتے ہوئے اٹھارہ سال کا عرصہ گذر چکا
ہے اس لئے میں نے اس کتاب کو طبی نقطہ نگاہ سے لکھا ہے۔ یہ کتاب مذہبی نہیں اس
لئے اگر میں سنسکرت۔ عربی یا انگریزی اصول و قواعد سے مخالفت کروں تو وہ محض
علمی اور طبی حیثیت سے ہوگا نہ کہ مذہبی حیثیت سے۔ اس کتاب کو مذہب سے کسی
قسم کا تعلق نہیں ہے۔ بلکہ طب اور سائنس (علم) سے ہے۔ البتہ اس میں اخلاقی باتیں
زیادہ ہوں گی۔

اس کتاب کی تیاری میں احتیاط

چونکہ بعض دشمنان ملک و ملت نے کوک شاستروں کے نام سے بعض ایسی
کتابیں لکھیں۔ جو گندی اور عریاں تحریروں سے لبریز تھیں۔ ان کی وجہ سے
یہ علم بدنام ہو گیا۔ اس لئے اگرچہ یہ کتاب خاص طبی کتاب ہے۔ لیکن پھر بھی اصطلاحات
طبی کے علاوہ ہر جگہ میں نے کوشش کی ہے کہ کوئی لفظ یا فقرہ ایسا نہ لکھا جائے
جس سے کسی قسم کی بد اخلاقی یا بدمذاقی کا اظہار ہو سکے۔ اور اس احتیاط میں مجھے
سخت مشکلات کا سامنا پڑا ہے۔

یہ کتاب ۱۸ سالہ مطالعہ اور تجربہ کا نتیجہ ہے۔
اس کتاب کی تیاری میں مجھے سینکڑوں کتابوں کا مطالعہ کرنا پڑا۔ اس کا
بیشتر حصہ تحقیقی انگریزی کتابوں سے ماخذ ہے جن کے نام کسی دوسری جگہ دئے
گئے ہیں۔ ان کتابوں کی فراہمی اور خریداری پر بہت سا روپیہ صرف کرنا پڑا۔ تصاویر
کی تیاری اور انتخاب میں بہت سی دقت پیدا ہوئی۔ اس ترقی یافتہ زمانہ میں کوئی
کتاب جب تک باتصویر نہ ہو مقبول نہیں ہو سکتی۔ یہ سب کی وہ کتابیں جو اس فن

پر لکھی گئی ہیں۔ ان میں عریاں تصاویر بھی ہیں۔ اردو میں بھی بعض کتابوں میں ملاک اور فوٹو کی عریاں تصویریں موجود ہیں۔ میں نے کوشش کی ہے کہ کوئی تصویر بالکل عریاں نہ شائع کی جائے اور بغیر مقصد کے کوئی تصویر درج نہ ہو۔

یہ اس تصنیف کا دوسرا ایڈیشن ہے۔ پبلک کی اس سرپرستی کا مشکور ہوں دوسرے حصہ کے لئے سینکڑوں درخواستیں موصول ہو چکی ہیں۔ آپ بھی اپنا نام درج کرا دیجئے۔ حصہ دوم لاجواب ہے۔

حکیم محمد یوسف حسن

دوشیزہ کی تیاری میں کن کن کتابوں سے امداد لی گئی ہے

کوک شاستر قلمی فارسی بغیر تصویر والا
کوک شاستر قلمی فارسی سادہ
مخزن العلوم۔ حصہ علم النساء مطبوعہ بمبئی
ضیاء الابصار۔ فارسی
مجربات بوعلی سینا (نایاب نسخہ)
قانون ازدواج
علم النساء
صحت نائے ازدواج مطبوعہ قسطنطنیہ
دی سائیکولوجی آف سیکس۔ چھ ضخیم جلدوں میں مصنفہ ہیولک ایلس
قانون ارسطو
انسان اپنے آپ کو پہچان
جدید آدمی — The New man
نئی ماں — New Mother Hood
فطرت نسوانی
نزوسنگار
کوک شاستر گورمکھی
ہندوؤں کا رتی شاستر ترجمہ از سنسکرت
میٹیریا میڈیکا (اردو انگریزی) — Materia Medica

عورتوں کے امراض — FEMALE Disease
بچوں کے امراض — Childeren disease
خوبصورتی — Beauty
فیمیل میڈیسن۔ گھر کا ڈاکٹر — Family Medicine
مخزن حکمت مصنفہ ڈاکٹر شیخ جیلانی صاحب مرحوم
بچہ۔ — Baby.
تشریح اعضائے انسانی
قانون ازدواج
اشٹانگ ہردے
اور بھی ۸۴ آسنوں والا کوک شاستر
گھر کا حکیم — Family doctor
عورتوں کا رہنما
جوانی دیوانی
میڈیکل انسائیکلوپیڈیا
تربیت الاطفال
رسالہ قوت باہ
نوجوانوں کا رہنما
صورت گری
الانسان

ماں میں کیسے پیدا ہوا تھا؟ مصنفہ میری سٹوپ

mother how was I born?

جے چارلس گلبرٹ ایم ڈی نے جرمنی زبان سے انگریزی میں ترجمہ کیا تھا
وغیرہ وغیرہ۔ تقریباً ایک سو بائیس (۱۲۲) کتابوں کی ورق گردانی کے بعد جن کے
صفحات کا مجموعی میزان ڈیڑھ لاکھ صفحات تک پہنچتا ہے۔ اس کتاب میں عطر کھینچ
کر رکھ دیا ہے۔

ان کتابوں کی قیمت ڈیڑھ دو ہزار روپیہ کے قریب ہوگی۔

ان کتابوں کے مطالعہ کرنے اور ضروری یادداشتیں لکھنے پر تقریباً دو سال
صرف ہو گئے ہیں۔ اور انتخاب مضامین میں کامل وقت نظر سے کام لیا گیا ہے بعض
بڑی بڑی کتابوں سے صرف چند سطور ہی لی گئی ہیں اور جہاں بھی کوئی کام کا نکتہ
ملا ہے اس کتاب میں درج کر لیا گیا ہے۔

اس کتاب کے لئے تصاویر مہیا کرنے میں بہت سی محنت کرنی پڑی ہے
حصہ دوم کی تصاویر اور مضامین انشاء اللہ اس حصہ سے بہتر ثابت ہوں گے

امید ہے کہ اہل وطن میری اس طبی خدمت کو استحسان کی نگاہ سے
دیکھتے ہوئے میری مطبوعات کی سرپرستی اختیار کریں گے اور مجھے حصہ دوم
چھاپنے میں اپنے گرانقدر مشوروں سے مستفید کرتے ہوئے اسے وی پی کرنے
کی اجازت دیں گے۔

میں ان احباب کا بھی خاص طور پر مشکور ہوں جنہوں نے اپنے مشوروں
سے میری رہنمائی کی۔

خادم الملک

حکیم محمد یوسف حسن

حصہ دوم کے لئے نام درج کرا دیجئے اس کا حجم تقریباً ۹۰۰ صفحات ہوگا۔

تناسب اعضا نمبر ۱

تناسب اعضا نمبر ۲

کائنات میں عورت کا رتبہ

لڑکا یا لڑکی

اس وقت دنیا میں یہ مسئلہ زیر بحث ہے کہ مرد کو عورت پر فضیلت ہے یا عورت کو مرد پر۔ چونکہ معاشرتی دنیا پر اس وقت مرد کی حکومت ہے۔ اس لئے عام طور پر مرد کو ہر بات میں فضیلت دی جاتی ہے۔ اور فرقۂ نسواں کو زیر، مغلوب، محکوم اور کمزور سمجھا جاتا ہے۔

مرد کے اس جابرانہ طرز عمل کے خلاف متمدن اور مہذب ممالک میں ایک خاموش جنگ جاری ہے۔ اور عورتیں آہستہ آہستہ نسوانی حکومت کی طرف قدم بڑھا رہی ہیں۔ لیکن وہ ممالک جہاں عورتوں میں تعلیم کی نشر و اشاعت ابھی ابتدائی حالت میں ہے وہاں عورت کی حالت ناگفتہ بہ ہو رہی ہے۔

تمام عالم پر ایک سرسری نظر ڈالتے ہوئے ہمیں ہندوستان کے متعلق خاص طور پر غور کرنا لازمی ہے۔ ہندوستان میں لڑکی کی پیدائش پر رنج و غم اور غصہ کا اظہار کیا جاتا ہے۔ ایام حمل میں میاں بیوی لڑکے کے پیدا ہونے کے متعلق خیالی پلاؤ پکاتے رہتے ہیں لیکن درحقیقت جب لڑکی کو عالم وجود میں لاتی ہے تو دونوں کی خوشی و مسرت پر غم اور افسوس کی بدلی چھا جاتی ہے۔ میاں بچی سے نفرت کرتا ہے اور بعض اوقات یہ جذبات نفرت اس حد تک ترقی کر جاتے ہیں کہ بچی کے ساتھ اس کی ماں سے بھی نفرت کی جاتی ہے۔

اب سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا مرد کا یہ طرز عمل حق بجانب ہے؟

ہر شخص جو لڑکی کی پیدائش پر آہ سرد بھرتا اور اس کو اپنے خاندان کے لئے ایک بوجھ سمجھتا ہے۔ اخلاق اور تہذیب سے متاثر ہو کر کہہ سکتا ہے کہ یہ سب کچھ اللہ کی طرف سے ہے۔ لڑکا یا لڑکی کچھ ہو۔ انسان اُسے قبول کرنے پر مجبور ہے لیکن لڑکا ہوتا تو بہتر تھا۔

گویا وہ فطرت اور قدرت کے سامنے سر تسلیم خم کرنے کے باوجود وہ لڑکے کی فضیلت سے بھی انکار نہیں کرے گا۔

مذہبی یا اخلاقی اثرات سے قطع نظر کرتے ہوئے ہمیں طبی، خلقی، تاریخی اور فلسفیانہ نکتہ نگاہ سے ثابت کرنا ہے کہ عورت کو مرد کے برابر رتبہ حاصل ہے۔

یہ بحث اس قدر دلچسپ ہے کہ صرف اسی موضوع پر ایک ضخیم کتاب تصنیف کی جا سکتی ہے۔ لیکن ہم یہاں اختصار سے صرف حقائق بیان کریں گے۔

زمانہ قدیم میں عورت کو مرد پر طاقت اور قوت میں فضیلت حاصل تھی۔ اس کا ثبوت ہم آئندہ چل کر پیش کریں گے۔ لیکن اس جگہ طبی نکتہ نگاہ سے عورت اور مرد کا فرق لکھا جاتا ہے۔

وقت پیدائش عورت کا وزن مرد سے ۵ کیلو گرام و ——— ۱ گرام کم ہوتا ہے

قد مرد سے ۱ سنٹی میٹر ———

عورت کا ڈھانچہ مرد کے ڈھانچے سے ہلکا ہوتا ہے۔

عورت کے عضلات مرد کے عضلات سے ۸ حصہ کم ہیں

عورت کا دل ۲۴۰ کیلو گرام اور مرد کا ۳۰۰ کیلو گرام ہوتا ہے۔

عورت میں خون کی مقدار مرد سے کم ہوتی ہے۔

عورت کے خون میں نمک کی مقدار کم ہے لیکن سُرخ خون کے اجزا عورت میں زیادہ ہیں۔

عورت کی کھوپڑی مرد سے چھوٹی ہوتی ہے۔ اور مغز کا وزن بھی مرد کے مغز سے کم ہے۔

باوجود اس جسمانی کمی کے عورت ہر پہلو سے ترقی کر سکتی ہے۔ اور مرد کے برابر اپنی قابلیت اور قوت کا ثبوت دے سکتی ہے۔ عورت کو عام طور پر صنف لطیف "جنس لطیف" اور جنس حساس کہا جاتا ہے۔ باوجود اس نفاست اور نزاکت کے جس کا اظہار مرد بلند بانگ دعویٰ کرتے ہیں۔ عورت اپنی جسمانی قوت اور طاقت سے زیادہ عملی زندگی کا ثبوت پیش کرتی ہے۔

آپ چودہ سال کی لڑکی اور چودہ سال کے لڑکے کا مقابلہ کیجئے۔ دونوں کے نشو و

اور اگ میں زمین و آسمان کا فرق محسوس ہوگا۔ لڑکی ذہین، دانشمند اور ہر پہلو سے
مکمل ہوگی۔ اور پورے سال کا لڑکا اس کے مقابلہ میں بالکل پست نظر آئے گا۔ اس سے
ثابت ہوا کہ عورت میں ترقی کرنے کی قابلیت زیادہ ہے۔ اور وہ مرد کی نسبت
بہت جلد ترقی کرتی ہے۔

انگلستان کی لڑکیوں اور لڑکوں کے مشترکہ مدارس میں روزانہ ورزش
کے بعد دیکھا گیا ہے کہ عورتوں کے اعضاء بھی نشوونما پاتے رہتے ہیں۔ یہاں تک
کہ لڑکوں اور لڑکیوں کے اعضا میں کسی قسم کا فرق نہیں رہتا۔ اور بلحاظ طاقت
جسمانی کے لڑکوں اور لڑکیوں پر کوئی تفوق حاصل نہیں تھا۔ ڈاکٹر لمبا نے تجربہ کے
طور پر ثابت کر دیا ہے کہ جسم کی بناوٹ کی کمی زیادہ اہمیت کے قابل نہیں ہے
چھ ماہ تک لڑکوں اور لڑکیوں کو جمناسٹک کرانے کے بعد کوئی فرق نہیں رہتا۔

ماہرین کا بیان ہے کہ عورت اور مرد کا فرق محض قانون اور عادت کی
وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ واضع قانون مرد ہیں اس لئے انہوں نے عورت کو ذلیل
اور پست کرنے میں کوئی دقیقہ فروگذاشت نہیں کیا۔

قانون عورت کو صنف نازک کی صف میں شامل کرتا ہے۔

قانون عورت کو پارلیمنٹ اور دیگر ذمہ دار عہدوں اور مذہبی پیشوائی سے
باز رکھتا ہے۔

قانون عورت کو جائداد سے حصہ نہیں دیتا۔

قانون عورت کو محض گھریلو زندگی پر مجبور کرتا ہے

اسی طرح سے عادت عورت کو مرد سے مختلف لباس پہننے پر مجبور کرتی
ہے۔

عادت عورت کو ہر بات کے لئے مرد کی دست نگر بناتی ہے۔ عادت عورت
کو دن بدن کمزور اور نازک بناتی جاتی ہے۔ بچہ کو بچپن ہی سے جس قسم کی عادت
ڈالی جائے وہ اسی سانچے میں ڈھل جاتا ہے۔ پس لڑکی کو بچپن ہی سے "عورت"
بننے پر مجبور کیا جاتا ہے۔ اور مردوں نے جو زاویہ نگاہ عورت کا قائم کیا ہے اس سے
باہر عورت کو نہیں نکلنے دیتے۔

اب یہاں یہ سوال پیدا ہوگا کیا ابتدا ہی سے عورت مرد کی خدمت گذاری
کے لئے پیدا کی گئی ہے؟ اور کیا ابتدائے آفرینش ہی سے مرد کو عورت پر حکومت
کرنے کا حق حاصل ہے؟

لیکن تاریخی تحقیقات سے یہ بات غلط ثابت ہوتی ہے۔ زمانہ قدیم میں
عورت مرد پر حکومت کرتی تھی چنانچہ اس کا تفصیل کے ساتھ ذکر کیا جاتا ہے

زمانہ قدیم کی تاریخی کتب سے معلوم ہوا ہے کہ جب مردوں کی حکومت
ہوتی تھی تو ہر قسم کے اعلیٰ حقوق صرف مردوں کو حاصل تھے۔ اور جب عورتوں کی
حکومت ہوتی تھی تو اس قسم کے تمام حقوق صرف عورتوں کے لئے وقف تھے۔

وہ زمانہ جب عورت مرد پر حکمران تھی تین سو سے کر ایک ہزار قبل مسیح
کا ہے۔ اس زمانہ میں عورتوں کو مندرجہ ذیل حقوق حاصل تھے۔

۱۔ اس زمانہ میں دنیا کے اکثر حصوں میں عورتیں تخت حکومت پر جلوہ افروز تھیں
۲۔ عورتوں کے معبد میں پوجا پاٹ کے لئے اور دیوتاؤں کے بت تمام عورتوں کی
شکل و صورت پر بنائے جاتے تھے۔
۳۔ لندن کے عجائب گھر میں قدیم مصری عہد کے ۵ گیت محفوظ ہیں۔ ان میں
۵ گیتوں میں محبت کرنے والی صرف عورت ہے جو اپنے معشوق (مرد) کو مخاطب
کرتی ہے۔ یہ اشعار بالکل اسی جذبہ میں لکھے گئے ہیں جس طرح سے آج کل مرد
عورت سے اظہار عشق کے وقت کرتے ہیں۔
۴۔ محققین کی رائے ہے کہ قدیم مصری تہذیب میں مرد عورت سے کورٹ شپ
نہیں کرتے تھے بلکہ عورتیں مردوں سے کورٹ شپ کرتی تھیں۔ ڈاکٹر شوان بسنڈ
بھی اس رائے سے متفق ہے کہ یہ صرف لڑکیاں تھیں۔ جو مردوں کے پاس
آتیں اور ان پر قبضہ جمانے کی کوشش کرتی تھیں۔

ڈاکٹر میر لکھتا ہے کہ مسیح سے ۴ سو سال قبل مصریوں میں عورتوں کو حق حاصل تھا
کہ وہ اپنا خاوند خود انتخاب کریں اور ان کو یہ بھی حق حاصل تھا کہ خاوند سے کچھ رنجیدہ ہو
کر اس کو طلاق دے دیں۔

بائیبل میں لکھا ہے کہ پہلے انسانی جوڑا میں بھی عورت ہی نے شادی کے لئے

درخواست کی تھی۔

منو کے قوانین (ہندوستان) بھی عورت کو مرد کے انتخاب کا حق دیتے ہیں

آسام کی ایک قوم گراؤس کی نسبت ویسٹر مارک لکھتا ہے کہ وہاں کورٹ شپ کے فرائض کا قانونی حق صرف عورت کے لئے وقف تھا۔ اگر کوئی مرد یہ فرائض ادا کرتا تو اس کو سخت سزا دی جاتی۔

جس طرح سے عہد حاضرہ میں مرد عورت سے کورٹ شپ کرتے وقت اس کی خوبصورتی کی تعریف کیا کرتے۔ اسی طرح سے قدیم کتب اور کتبوں سے معلوم ہوتا ہے کہ اس زمانہ میں عورت کورٹ شپ کرتے وقت مرد کے حسن کی تعریف کیا کرتی تھی

۵۔ قوانین شادی

اس زمانہ کے قوانین شادی کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ ہر بات میں عورت کو فضیلت اور تفوق حاصل تھا۔

زمانہ حاضرہ میں مرد شادی کے وقت عورت سے حلف لیتا ہے کہ وہ محبت کرے گی لیکن قدیم مصر میں عورت مرد سے شادی کے وقت اسی قسم کا حلف لیتی تھی۔

ڈیوڈوڈس لکھتا ہے کہ شادی کے عہد نامہ میں مرد کو عورت کی متابعت کا حلف اٹھانا پڑتا تھا۔

عورتوں کے عہد میں دلہن کی عمر دولہا سے بہت زیادہ ہوتی تھی برخلاف اس کے آج کل زمردوں کے عہد میں دلہن کی عمر چھوٹی اور دولہا کی بڑی ہوتی ہے۔

ویسٹر لکھتا ہے کہ ماں اپنے لڑکوں کی شادی عمر رسیدہ عورتوں سے کرتی تھی کیونکہ شادی بیاہ کے تمام اختیارات صرف عورتوں کو حاصل تھے۔

ہندوستان کے کھوٹا اقوام میں دستور ہے کہ دولہا سے دلہن کی عمر چھ سال بڑی ہوتی ہے اور بعض میں دس پندرہ سال زیادہ۔

زمانہ قدیم میں جب عورتوں کا زمانہ تھا شادی کے دن مرد ایک مقررہ رقم پیش کرتا تھا جو عورت کی ملکیت قرار دی جاتی تھی۔

پلسٹرچ لکھتا ہے کہ اہل سپارٹا میں یہ دستور تھا کہ تمام جائداد پر عورت کا قبضہ تسلیم کیا جاتا تھا۔ اور ان تمام اقوام میں بھی یہی دستور تھا جن کا ذکر اوپر ہو چکا ہے۔

اگر عورت چاہتی تو مرد کو طلاق دے کر تمام جائداد پر قبضہ کر کے رخصت ہو جاتی تھی۔ عورت کے مرنے کے بعد جائداد پر خاوند کا قبضہ نہ ہوتا تھا۔ بلکہ جائداد لڑکی کی وراثت سمجھی جاتی۔ اگر لڑکی نہ ہوتی تو عورت کے رشتہ داروں کو حق پہنچتا تھا۔

مالابار کی نائر قوم میں بھی صرف لڑکیاں ہی وارث جائداد ہیں۔

مصر میں اگر کوئی آزاد عورت کسی غلام مرد سے شادی کر لیتی تو اولاد آزاد ہوتی تھی لیکن اگر کوئی آزاد مرد کسی اجنبی عورت یا لونڈی سے شادی کر لیتا تو بچہ ملکی حقوق حاصل نہیں کر سکتا تھا۔

اس زمانہ میں جب کہ عورت ہی سیاہ و سفید کی مالک تھی۔ عورت مرد کو حکم دیتی کہ وہ گھر کے متعلق تمام کام کاج کرے۔ اور خود گھر کی چار دیواری کے باہر تمام ضروری کام کرتی۔ مثلاً کھیتی باڑی تجارت وغیرہ۔

عہد حاضرہ میں جس طرح مردوں نے عورت کی جگہ گھر کے اندر مقرر کی ہوئی ہے۔ اسی طرح سے اس زمانہ میں عورتوں نے مرد کی جگہ حرم قرار دی ہوئی تھی۔

ہیروڈوٹس مصر کے متعلق لکھتا ہے کہ مصر میں عورتیں ہر قسم کے مردانہ پیشوں کو اختیار کرتی تھیں۔ عورتیں بازار لگاتیں۔ تجارت کرتیں۔ اور مرد گھر میں بیٹھ کر سوت کاتتے اور کھانا پکاتے تھے۔

ویسٹر مارک لکھتا ہے کہ آسٹریلیا کے بعض قبائل میں رواج تھا کہ مرد ہی بچوں کی پرورش کرتے تھے۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد اگر قضائے الٰہی سے اس کا باپ مر جاتا تو ماں اپنے بچہ کو قتل کروا دیتی تھی۔ کیونکہ اس کی پرورش کا فرض اس کے باپ کے ذمہ تھا۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد باپ کئی دن تک اس کے ساتھ لیٹتا تاکہ اس کو گرم رکھ سکے۔

ہربرٹ سپنسر نے بھی اس تحقیقات کی تائید کی ہے کہ لیپ لینڈ کی اقوام میں رواج تھا کہ مرد گھر کا کام کرتے۔ کھانا پکاتے۔ کپڑے سیتے تھے اور

اہل سپارٹا بچوں کی اس طرح پرورش کیا کرتے تھے کہ لڑکے عورتوں کی نسبت زیادہ نازک اور شرمیلے ہوتے تھے۔

حبشی اقوام میں جب عورتیں حکمران تھیں تو ملکہ کے لئے حرم تھے جن میں صرف مرد رہتے تھے۔ کوئی شخص ملکہ کے حکم یا خواہش کے خلاف سر تک نہیں ہلا سکتا تھا۔ مرد پوشیدہ حالات میں رہتے اور کسی دوسری عورت پر نگاہ بد نہیں ڈال سکتے تھے۔ کیونکہ وہ صرف ملکہ کے لئے مخصوص تھے۔

عورتوں کے عہد میں مرد آرائش و زیبائش سے کام لیتے تھے۔ وہ قیمتی نگینوں اور خوبصورت لباس پہنتے تھے۔ مردوں کا لباس کئی ٹکڑوں سے مل کر بنتا تھا۔ حالانکہ عورتیں صرف ایک ہی ٹکڑا اوڑھتی تھیں۔ مرد بالوں کی آرائش کرتے، داڑھی کو سیتے اور ان میں زیورات لٹکاتے تھے۔ دانتوں اور انگلیوں کو صاف کرتے اور مختلف خوش رنگ رنگوں میں رنگتے تھے اور دن کا بیشتر حصہ بناؤ سنگار میں صرف کرتے تھے۔

شادی، وراثت، جائداد اور کاروبار کے علاوہ عورتوں کو اس زمانہ میں ہر جگہ برتری اور تفوق حاصل تھا۔

پلوٹارچ لکھتا ہے کہ اہل سپارٹا میں سے صرف عورتوں کو ہی مردوں پر حکومت کا حق حاصل تھا اور مرد عورتوں کے تابع فرمان تھے۔

میئرز لکھتا ہے کہ کام چیڈل اقوام میں مرد بالکل عورتوں کے مطیع اور فرمانبردار تھے۔ کوئی مرد عورت سے کچھ بھی زر حاصل نہ کر سکتا تھا۔ البتہ عاجزی اور عجز و درخواست سے ہی لے سکتا تھا۔

اقوام عراق میں عورت مرد پر حکمران تھی۔ اور بقول لیوس مارگن عورت ہی خاندان میں سربراہ تھی۔ عورت جس وقت چاہتی مرد کو گھر سے باہر نکال دیتی۔ بقول لنگ سٹون قوم بونڈا ایک افریقی قوم جو زمبیزی کے شمالی ضلع میں رہتی تھی۔ اس میں عورت کی مرضی کے بغیر مرد کچھ نہیں کر سکتا تھا۔ اور اسے ہر چھوٹے سے کام کے لئے عورت سے اجازت طلب کرنی پڑتی تھی۔

عورتوں کی حکومت کے عہد میں کنٹابری شمالی اسپین کا ایک قبیلہ، میں بھی یہی دستور تھا۔

اور تیں باہر کے کام کرتیں مثلاً کشتی چلانا، چمڑا صاف کرنا۔

ڈاکٹر جیلی لکھتا ہے۔ کہ ابی سینا کے ایک صوبہ میں رواج تھا کہ محنت مشقت کے تمام کام صرف عورتیں کرتی تھیں۔ اور مرد گھر کے اندر سینا پرونا کرتے تھے۔ جزائر سیام، ملایا اور پیرو امریکہ کی عورتیں ہل چلاتیں اور زمین کی کاشت کرتی تھیں۔ مرد صرف گھر کا کام کرتے تھے۔ تبت کی عورتیں ہندوستان تک تجارت کر کے روزی کماتی تھیں۔ اور ان کی غیر حاضری میں مرد گھروں میں کام کرتے تھے۔

مرد دوسرے مردوں میں جس چیز کو قیمتی سمجھتا ہے۔ وہ دانائی اور عقل ہے۔ لیکن وہ عورتوں میں صرف تناسب اعضاء کی خوبصورتی تلاش کرتا ہے۔

ایسا ہی ایک عورت دوسری عورت میں ذہانت دیکھنا چاہتی ہے۔ لیکن دوسرے مردوں میں وہ مقناطیسی آنکھ یا اچھی آنکھ کی متلاشی ہوتی ہے۔

مرد جب حکمراں ہوں یا برسر اقتدار تو وہ عورتوں کو حسین سمجھتے ہیں لیکن صنف نازک کا دور دورہ ہو تو وہ مردوں کو حسین سمجھتی ہیں۔

عورتوں کے عہد میں مردوں کی برہنہ تصویر بنانا گناہ ہے کیونکہ عورتیں اپنا ناموس سمجھ کر ان کی حفاظت کرتی ہیں۔ ایسا ہی مردوں کے عہد میں عورتوں کی برہنہ تصاویر بنانا جرم ہے۔

عورتوں کے عہد میں عورتوں کا لباس سادہ ہوتا ہے۔ اور وہ سخت اور تند خو بھی جانی جاتی ہیں۔ برخلاف اس کے مردوں کا لباس نفیس ہوتا تھا۔ اور وہ [illegible] سمجھے جاتے تھے۔

ویسٹر مارک لکھتا ہے۔ کہ ایروکوئس، نائر، لنگیٹ، اسکیمو، سالی، تبت سالی اقوام میں اس بات کا ثبوت ملتا ہے کہ زمانہ قدیم میں عورتیں تعدد ازواج پر عامل تھیں۔ لیکن مردوں کو اس وقت تعدد ازدواج کی ممانعت تھی۔ ایک عورت کے کئی خاوند ہوتے تھے جو اس عورت کے زیر فرمان باہم صلح صفائی سے رہتے تھے۔ ایک فرقہ کیسوونز تھا۔ اس میں ایک بڑا خاوند ہوتا اور چند چھوٹے خاوند بھی ہوتے تھے۔

مر لکھتا ہے کہ ہندوستان کے پانی کوچ قبیلہ کے مرد نہ صرف اپنی بیوی کے تابع فرمان تھے بلکہ اپنی ساس کے بھی۔

اشقینس اور سپارٹین اقوام میں عورت کی خوبصورتی کا معیار اس کی بلند قامتی اور مردانہ اعضا تھے۔

گال میں عورتیں مردوں سے زیادہ مضبوط تھیں۔ وہ مردوں سے بلند قامت تھیں اور مردوں سے بہت زیادہ طاقتور تھیں۔

بچوں کے نام ماں کے نام پر رکھے جاتے تھے اور آج کل کی طرح سے باپ کے نام پر نہیں رکھے جاتے تھے۔

مینز لکھتا ہے کہ افریقہ کے ایک قبیلہ کا کرنے عورتوں کے ذریعہ سے کئی فتوحات حاصل کیں۔ اس قبیلہ میں قانون تھا کہ جس عورت کے گھر لڑکا پیدا ہو وہ اسے مار ڈالے۔ چنانچہ ملکہ نے خود اپنے ہاتھوں سے دودھ پیتے بچے کو مار ڈالا۔ اس رسم پر مدتوں عمل جاری رہا۔ یہاں تک کہ مسیحی مشنریوں نے وہاں پہنچ کر اس مذموم رسم کے خلاف جہاد کیا۔

ایران میں فوج صرف عورتوں پر مشتمل تھی۔ قدیم زمانہ میں ملکہ لنڈ کا نگو اور ڈیہیاں کی افواج میں صرف عورتیں تھیں۔ یونان قوم میں بھی فوج کا بیشتر حصہ عورتوں سے بھرتی کیا جاتا تھا۔ ایرانیوں کی وہ فوج جس نے یونان تک فتوحات کا سیلاب بہا دیا تھا۔ اس کی جرنیل ایک عورت تھی۔

موجودہ زمانہ میں اگر کوئی عورت حمل ساقط کر دے۔ تو وہ آئین کے مطابق عدالت کے سامنے پیش کی جائے گی۔ اور اس کو سزا ملے گی۔ لیکن زمانہ قدیم میں عورتوں کو حق حاصل تھا کہ وہ جس وقت مناسب سمجھیں حمل ساقط کر دیں اور اس سے روکنے کا مرد کو حق حاصل نہ تھا۔ کیونکہ عورت کو حمل ہوتا ہے۔ عورت پیٹ میں بچہ کو اٹھائے پھرتی ہے۔ عورت کو ہی درد زہ کی تکالیف اٹھانی پڑتی ہے۔ پس عورت کو حق ہونا چاہئے کہ وہ جب چاہے حمل کو ساقط کر سکے۔ آج یورپ میں عورتیں اس حق کی طالب ہیں۔ لیکن جب عورتوں کا زمانہ تھا تو ان کو یہ حق حاصل تھا۔

آج کل مردوں کا عہد ہے۔ ان ایام میں عورتیں فاحشہ پیشہ اختیار کرتی

ہیں۔ لیکن عورتوں کے عہد میں مرد فاحشہ پیشہ اختیار کرتے تھے۔ یہ لعنت جو آج تہذیب و تمدن اور اخلاق کی پیشانی پر سیاہ داغ لگائے ہوئے ہے۔ یہ صرف مردوں کے عہد کی برکت ہے۔ عورتوں کے عہد میں جو مرد فاحشہ پیشہ اختیار کرتے تھے۔ ان کا وجود اور عدم وجود برابر تھا۔ تمام قدیم اقوام میں باوجود تلاش اور جستجو کے بھی عورتوں کے عہد میں عورتوں کے فاحشہ پیشہ اختیار کرنے کا ثبوت نہیں ملتا۔

عورتوں کے عہد میں مردوں کا فاحشہ پیشہ اختیار کرنے کا ذکر موجود ہے لیکن مردوں اور عورتوں کے فاحشہ پیشہ اختیار کرنے میں زمین اور آسمان کا ہے۔ ڈاکٹر نیل لکھتا ہے کہ مرد اور عورت کے اعضائے مخصوصہ کی ساخت میں فرق ہے۔ ایک فاحشہ عورت دن رات میں بہت سے مردوں کی خواہشات نفسانی کی تسکین کا باعث بن سکتی ہے اور بغیر کسی قسم کی جسمانی تکلیف کے کئی مردوں سے تعلقات ناجائز رکھ سکتی ہے۔ برخلاف اس کے مرد باوجود کافی طاقت اور قوت کے بھی چند سالوں تک روزانہ ایک بار حرکت جماع نہیں کر سکتا۔ اگر کوئی مرد فاحشہ پیشہ سے روزی کمائے گا تو کتنے دنوں مہینوں یا سالوں تک! اس کی مدت بہت کم ہوگی اور وہ چند سالوں میں ہڈیوں کا ڈھیر رہ جائیگا۔

ڈاکٹر ابن نیش پیشین گوئی کرتا ہے۔ یہ صرف عورت ہی ہے جو کو فواحش سے بچا سکتی ہے۔ گنہگارانہ زندگی بسر کرنیوالی عورتیں مردوں عہد کی تاریک یادگار ہیں۔ ان سے تہذیب اور انسانیت حیا سوز تکلیف اٹھا رہی ہیں۔ یہ پیشہ انسانی ترقی کے راستہ میں ایک سد راہ کا کام رہا ہے۔ لیکن اس پیشہ کو دور کرنے کا فرض بھی عورت کے ہاتھ ہے۔ جب پر دوبارہ عورت کا عہد آئے گا تو یہ ذلیل پیشہ ہمیشہ کے لئے بند ہو جائے دنیا کا مستقبل عورت کے ہاتھ میں ہے۔ عورت ایک مسیح کی طرح سے جلوہ ہو گی۔ اور جس طرح سے حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے غلامی کا قلع قمع کر دیا اسی طرح سے عورت دنیا سے فاحشہ پیشہ کو نیست و نابود کر دے گی۔

مردوں کے عہد میں نوجوان مرد اپنی زندگی کے ابتدائی ایام ان خوبصورت
عورتوں کی نذر کر دیتے ہیں۔ جو ان کے شباب بھرے پیالہ سے جی بھر کر زندگی کا رس
چوس لیتی ہیں۔ جب اس پیالہ میں تلچھٹ رہ جاتی ہے تو مرد شادی کر کے ایک تازہ
نوخیز عصمت دار امنگوں بھری عورت کی حسرتوں اور ارمانوں کو پورا
کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس میں انہیں ناکامی ہوتی ہے۔ اور اس وقت
عورت اگر کسی تازہ بدل نوجوان کی تلاش کرے تو اسے مورد الزام کیوں
ٹھہراتے ہو؟

یہ حقائق ہیں۔ جو ہر دور میں ملک و ملت نے بار ہا ظاہر کئے ہیں۔ اور مردوں
کے عہد میں یہ روزمرہ کا معمول ہیں۔ مردوں کے عہد میں عورتوں کا فاحشہ پیشہ
اختیار کرنا روز بروز ترقی پذیر ہے۔ مردوں کی مساعی اس کو روکنے میں سراسر
ناکامیاب رہی ہیں۔ پھر کیا ڈاکٹر ایمن کی پیشین گوئی صحیح نکلے گی۔ جس میں
دنیا کو اس گندگی سے پاک کرنے اور نوع انسانی کو اس گنہگار زندگی سے نجات
دلانے والی عورت ہی مسیح بن کر دنیا پر جلوہ افروز ہوگی؟!

اس تمام بحث کا خلاصہ یہ ہے کہ دنیا کی قدیم ترین تاریخی کتب کے مطالعہ
سے معلوم ہوتا ہے کہ ایک زمانہ میں دنیا پر حقیقی معنوں میں عورت حکمران تھی۔
عورت تجارت، کھیتی باڑی، ماہی گیری اور چرخہ کاتنے کا کام کرتی۔ حکومت کرتی اور
میدان جنگ میں تلوار چلاتی تھی۔ مرد گھروں میں بچوں کی پرورش کرتے کھانا
پکاتے اور گھر کا انتظام درست رکھتے تھے۔ شادی کے وقت عورت جو خاندان
کی سربراہ ہوتی تھی۔ وہ ہی شادی بیاہ کی رسوم ادا کرتی۔ عورتوں دولہن کی
رو دولھا مردوں سے بھی ہوتی تھی۔ اور مرد تحفے پیش کرتے جو عورت کی ملکیت
ہو جاتی تھی۔ عورت کو حق حاصل تھا۔ کہ وہ بچے پیدا کرے یا استقرار حمل کرے
بچے عورت کے نام پر رکھے جاتے تھے۔ اور بچوں کی پرورش کا انتظام
گھروں میں مردوں کے سپرد تھا۔ جائداد پر صرف عورت کو حق حاصل تھا۔ اور وہ مرد
کو طلاق دے کر تمام جائداد لے کر جہاں چاہے چلی جاتی تھی۔ اگر عورت مر جاتی
جائداد کی مالک لڑکی ہوتی یا عورت کے دیگر وارث۔

عورتیں طاقت اور قوت کے تمام کاموں میں حصہ لیتی تھیں۔ برخلاف
اس کے مرد زیبائش اور سنگار کرتے۔ شرمیلے بنتے اور گھروں میں بیٹھتے۔ عورت
کئی مردوں (تعدد ازدواج) سے شادی کر سکتی تھی۔ اور مردوں کے حرم تھے۔ جو
حکمران عورتوں نے قائم کر رکھے تھے۔ بعض جگہ مردوں کا قتل بھی جاری رہا۔

کیا ان واقعات اور حقائق کی روشنی میں عہد حاضرہ کے مرد یہ دعویٰ کر
سکتے ہیں کہ وہ ہمیشہ سے عورت پر حکمرانی کرتے رہے ہیں؟ اور عورت محض اُن
کی خدمت گذاری کے لئے پیدا کی گئی ہے؟ کیا مرد اس بات کا دعویٰ کر سکتے ہیں
کہ ابتدائے آفرینش ہی سے مردوں کو عورت پر فضیلت حاصل رہی ہے؟

مرد جو قدیم زمانہ کے تاریخی حوالہ جات سے عورت کا غلام ثابت ہوتا ہے اُ
جس پر عورت اپنے عہد حکمرانی میں بہت سی پابندیاں عائد کرتی رہی ہے۔ اس
نے عورتوں کے روزمرہ کے مظالم اور سختیوں سے تنگ آ کر بغاوت کی۔ وہ دنیا
کے بعض حصوں میں اپنی ذہانت۔ قابلیت اور کسی جگہ اپنے حسن کی بدولت
آہستہ آہستہ غالب آتا گیا۔ کبھی ایک دوسرے کو امداد دینے کے خیال سے اتحاد کی
عمل سے کام لیا گیا۔ دشمنوں کے مقابلہ میں سب اکٹھے سینہ سپر ہوتے کبھی پہلو
کی محبت میں انہوں نے مل کر آنسو بہائے۔ الغرض معاشرتی۔ اخلاقی اور تمدنی
کشمکش میں باہمی امداد اور محبت سے مرد عورتوں کی غلامی سے نکل کر مساوات
کے درجہ تک پہنچا اور مساوات اور برابری کے بعد اس نے آہستہ آہستہ حکمرانی تک
ترقی کر لی اور عورتیں آہستہ آہستہ حرم کی زینت بننے لگیں۔ اور مرد بیرونی
آزاد زندگی میں مردانہ وار حصہ لیتے گئے۔

ان حقائق کو مدنظر رکھتے ہوئے نہ مرد فخر کر سکتا ہے کہ اس نے عورت کو اپنے
قبضہ میں رکھا ہوا ہے اور نہ عورت فخر کر سکتی ہے۔ کہ وہ مرد پر حکمرانی کرتی رہی ہے
دونوں ایک دوسرے پر اپنے اپنے وقت میں ظلم و جبر کرتے رہے ہیں اور دونوں
انصاف اور مساوات کے حقوق کو بیدردی سے پامال کرنے کے عادی رہے ہیں

آج کل مرد کی حکومت ہے۔ مردوں کے ساختہ قوانین اور معاشرتی
طریقوں نے عورتوں کو مردوں کا پابند اور غلام بنا رکھا ہے۔ اگر یہ کہا جائے کہ مرد

قدیم زمانہ کا پورا پورا بدلہ لے رہا ہے۔

عورتوں کو موجودہ عہد میں مرد کو طلاق دینے کا حق حاصل نہیں ہے۔ بلکہ عورت کو طلاق لینے میں اکثر بیجا تکلیف اور مصائب کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اگر وہ عورت پر ظلم کرتا ہو۔ خود عیاشی شراب خوری میں مبتلا ہو۔ گنہگارانہ زندگی بسر کرتا ہو۔ اور اپنی بیوی کی طرف توجہ نہ دیتا ہو۔ تو عورت اُس گنہگار اور پاجی انسان سے علیحدگی اختیار کرنے کے ذرائع نہیں رکھتی۔ عورت اگر کمزور لاغر ناتوان ہے تو قانون اس کو اسقاط حمل کی اجازت نہیں دے سکتا۔ عورت کو جائداد سے حصہ نہیں دیا جاتا۔ لڑکیوں کو لڑکوں کے برابر حقوق حاصل نہیں۔

بعض ممالک میں عورتوں کو مکان کی چاردیواری میں بند رکھا جاتا ہے اور ان کے ساتھ غلاموں کا سا سلوک کیا جاتا ہے۔ مرد ان کو زدوکوب کرتے ہیں۔ اور ہر قسم کی تکالیف پہنچاتے ہیں۔ عورتوں کے فرائض صرف یہ ہیں کہ وہ مکان کو صاف ستھرا رکھیں۔ بچوں کی پرورش کریں۔ اور کھانا پکائیں اور ہر طرح سے میاں کی خدمت کریں۔ میاں کو اپنے سے برتر اور قابل پرستش سمجھیں۔ اور غلاموں کی طرح سے ہر کام کرنے پر تیار ہوں۔

مردوں کے اس ظلم و جور کا یہ نتیجہ نکلا ہے کہ دنیا کے اکثر حصوں میں عورتیں بغاوت کر رہی ہیں۔ جس طرح سے مردوں نے عورتوں کی ظلم رانی اور حکمرانی سے تنگ آ کر بغاوت کر دی تھی۔ اب عورتیں بھی مردوں سے بغاوت کرتی جا رہی ہیں۔ اور ان کی سرکشی خطرناک صورت اختیار کرتی جاتی ہے۔

اس کی سرکشی اور بغاوت کا مادہ مشرق میں اندر ہی اندر پک رہا ہے۔ لیکن مغرب میں یہ علانیہ پھوٹ نکلا ہے۔ اور یورپ کی عورتیں تمام انتظام اپنے ہاتھ میں لے رہی ہیں۔

طلاق کی درخواستوں کی اس کثرت سے ظاہر ہوتی ہے کہ تو بھی معمولی سی بات پر عورت طلاق کی طالب نظر آتی ہے۔ میاں کی تمام آمدنی عورت کے ہاتھ میں چلی جاتی ہے۔ اور اسی کے ہاتھ سے خرچ ہوتی ہے۔ نوکروں کا ملازم رکھنا یا نکال دینا ضروریات خانگی کی خرید و فروخت۔ الغرض سب کچھ

عورتوں کے ہاتھ میں ہے۔ عورت سونے بیٹھنے کسی سے ملنے خط لکھنے۔ باہر سیر کو جانے اور اپنے لئے دوست اور سہیلیاں پیدا کرنے میں آزاد مطلق ہے۔ اور مرد عورت کے پرائیویٹ معاملات میں کسی قسم کا دخل نہیں دے سکتا۔

اس سے یہ مراد نہیں کہ یورپ کی عورتیں بدچلن ہیں۔ بدچلنی ہر ملک میں ہے آزادی اور بدچلنی دو علیحدہ علیحدہ چیزیں ہیں۔ یہ حقوق طلبی بدچلنی کے لئے نہیں ہے۔

یورپ میں عورتوں کی آزادی اور مشرق میں پابندی دیکھ کر زمین و آسمان کا فرق معلوم ہوتا ہے اور ہمارے خیال میں دونوں غلط راستے پر جا رہے ہیں۔ ان دونوں حالتوں کے بین بین ایک اور حالت بھی ہے۔ اور وہی حالت حق و صداقت اور ایمان اور انصاف کی ہے۔

دنیا کی موجودہ اخلاقی حالت پر نظر ڈالتے ہوئے مستقبل تاریک نظر آتا ہے۔ مردوں میں خواہشات نفسانی اور لذات دنیوی کا ذوق و شوق بہت زیادہ ہے دوسری طرف عورتیں یا تو مردوں کے مظالم سے زندہ درگور ہیں یا بالکل مرد کو اپنے قبضہ و اختیار میں لا رہی ہیں۔ یورپ میں عورتیں اس قسم کی آزادی حاصل کر چکی ہیں کہ ان کے لئے برائیوں کا اختیار کر لینا پہلے کی نسبت بہت آسان ہو گیا ہے۔ اور اس قسم کی برائیوں کو اختیار کرنے کے کئی اسباب محرک ہو رہے ہیں۔ ان میں مصنوعات یورپ کی خوبصورت [illegible] ملبوسات اور اشیائے نفیس۔ [illegible]۔ گلگلابی۔ صابن۔ تولیہ۔ عطر خوشبو کا تیل۔ رومال وغیرہ شامل ہیں۔

ایک معمولی درجہ کی عورت جب دوسری عورتوں کو جدید فیشن کے قیمتی لباس پہنے موٹر کار میں بیٹھے ہوئے دیکھتی ہے تو اُس کے دل میں بھی قدرتاً ان کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔ اس وقت ہر ایک عورت اپنی زیبائش اور آرائش میں اس قدر مبالغہ سے کام لے رہی ہے کہ دیکھنے والوں کی آنکھوں میں چکا چوند پیدا ہو جاتی ہے۔ پس اگر عورت ان روزمرہ کے اثرات سے متاثر نہیں ہوتی تو وہ اپنی خاندان کی عزت کو محفوظ رکھ سکتی ہے۔ لیکن اگر وہ ان سے متاثر [illegible]

جاتی ہے۔ تو ان اشیاء کے حصول میں برائیوں کو اختیار کر لیتی ہے۔

ہندوستان کی عورتوں میں بھی اسراف کی عادت ایک وبا کی طرح پھیل رہی ہے۔ مرد کی تنخواہ خواہ کس قدر قلیل ہو لیکن عورت عمدہ سے عمدہ کپڑا اور قیمتی زیور پہننے پر اصرار کرتی ہے۔ مردوں کو بے ایمانی اور بے غیرتی کی در پردہ تعلیم دینے والی وہ عورتیں ہیں جو اپنی آمدنی سے زیادہ اخراجات کرنے کی عادی ہیں۔

ان باتوں کے تذکرہ سے مقصود یہ ہے کہ دنیا غلط راستہ پر گامزن ہے اور اس کو تباہی اور بربادی سے بچانے کے لئے ایک درمیانی راستہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔

عورتیں مردوں پر حکومت کرنا چاہتی ہیں۔

مرد ان کو غلاموں کی طرح رکھنا چاہتے ہیں۔

لیکن ان دونوں کے مطالبات غلط ہیں۔ دونوں افراط اور تفریط کے طلسم میں پھنسے ہوئے ہیں۔ دونوں کو ان مطالبات کے درمیان ایک درمیانی راستہ اختیار کرنا چاہئے۔

اس باب کے مطالعہ سے مردوں پر واضح ہو گیا ہو گا کہ دنیا میں ایک طویل زمانہ تک عورتیں مردوں پر حکومت کرتی رہی ہیں۔ اور موجودہ عہد میں یورپ اور امریکہ میں پھر وہی اقتدار حاصل کرنے میں بہت بڑی حد تک کامیاب ہو چکی ہے۔ پس خطرہ ہے کہ پھر یہی رواج تمام دنیا میں نہ پھیل جائے۔

اسی طرح سے اس بات کا بھی خطرہ ہے کہ مردوں نے جس قدر آزادی عورتوں کو دے رکھی ہے۔ کہیں وہ بھی سلب نہ کر لیں۔ چونکہ یہ امر مردوں کا حصہ ہے۔ اس لئے تمام حالات کو سنبھالنے میں انہیں کو مخاطب کرنا پڑتا ہے۔ اگر مرد اور عورت ایک دوسرے سے مساوات (برابری) کا سلوک کریں تو یہ مسئلہ فی الفور حل ہو سکتا ہے۔

لڑکی کی پیدائش پر رنج و ملال کا اظہار نہیں کرنا چاہئے بلکہ جس قدر خوشی لڑکے کی پیدائش پر کی جاتی ہے۔ اسی قدر مسرت کا اظہار لڑکی کی پیدائش پر ہونا چاہئے۔

بچپن ہی سے لڑکی کی تربیت اور تعلیم کا انتظام لڑکوں کی طرح سے کرنا چاہئے۔ لڑکیوں کے مدارس بیشک جداگانہ ہوں۔ اور نصاب تعلیم بھی علیحدہ ہو لیکن ان کی ذہنی اور جسمانی نشوونما میں اسی قدر کوشش کی جائے جس قدر مردوں کے لئے کی جاتی ہے۔

لڑکی کے جوان ہو جانے پر اس کے لئے شرم و حیا عصمت اور پاکدامنی ایک ضروری چیزیں ہیں۔ اور یہ اسی صورت قائم رہ سکتے ہیں جب ضروری پردہ رکھا جائے۔ پردہ سے یہ مراد نہیں کہ عورت کو ایک چار دیواری میں قید کر دیا جائے۔

پردہ کا زیادہ رواج صرف مشرقی ممالک میں ہے۔

یورپ کے بعض ممالک میں بھی عورتیں باریک جالی کا نقاب اوڑھتی ہیں۔

افغانستان۔ ایران مصر اور ترکی کے پردہ میں اور ہندوستان کے پردہ میں زمین اور آسمان کا فرق ہے۔

اسلامی خود مختار ممالک کی عورتیں پردہ کے ساتھ تجارت اور دیگر کاروبار کو بخوبی سر انجام دیتی ہیں۔ وہ صرف چھاتیں، بازوں۔ پنڈلیوں وغیرہ کو چھپاتی ہیں۔

یعنی پردہ ترک کر دینے سے یہ مراد نہیں کہ یورپ کی عورتوں کی طرح سے نیم برہنگی اختیار کی جائے جن کے بازو۔ پنڈلیاں اور سینہ ننگا ہوتا ہے۔ پردہ دار مستورات بھی حسب ضرورت گھر سے باہر چلنے پھرنے کے لئے آزاد ہوں۔

نوجوان لڑکیوں کی شادی بیاہ کے وقت والدین کی نظر انتخاب کے ہم مخالف نہیں کیونکہ نوجوان لڑکیاں نیک و بد کو بخوبی نہیں سمجھ سکتیں۔

لیکن والدین کا فرض ہے کہ وہ یہ بھی خیال رکھیں کہ لڑکی نے تمام عمر جس کے ساتھ بسر کرنی ہے وہ ہر پہلو سے لڑکی کے لئے مفید ثابت ہو سکے۔

والدین کسی ذریعے لڑکی کی منشا سے خفیہ طور پر اطلاع حاصل کر سکتے ہیں۔

والدین کو کوئی شادی اپنی لڑکی کی منشا کے خلاف نہیں کرنی چاہیئے۔

گویا تعلیم تربیت اور شادی میں لڑکیوں سے مساوات کا برتاؤ کیا جائے

قوانین شادی میں عورتوں کے حقوق کا خیال رکھا جائے۔ اگر مردوں کو طلاق دینے کا حق حاصل ہے تو ظالم مردوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے عورتوں کو بھی خلع کا حق ضرور ملنا چاہیئے۔

لڑکی اور بیوی دونوں کو جائداد میں حصہ ملنا لازمی ہے۔

ملک کی قانون سازی میں عورتوں کو بھی رائے دینے کا حق ضرور حاصل ہو، تاکہ مرد کوئی ایسا قانون وضع نہ کر سکیں جو عورتوں کے حقوق کو غصب کرنے والا ہو۔

شادی کے بعد عورت اور مرد میں مساوات کا درجہ ہو ایک دوسرے کو اپنا غلام نہ سمجھیں۔

عورت کا فرض ہے کہ وہ مرد کی خدمت اور اطاعت کرے اور گھر کے اندرونی انتظام اور بچوں کی پرورش میں دلچسپی لے۔

مرد کا فرض ہے کہ وہ عورت کو اپنے برابر سمجھے۔ اس کی خوشی۔ آرام اور راحت کے لئے اپنی تمام کوششیں صرف کر دے۔ کیونکہ عورت اس کے لئے آرام و آسائش کا سامان کرتی اور اس کے لئے اولاد پیدا کرتی ہے۔

جب تک دنیا میں مرد اور عورت ایک دوسرے کے ساتھ مساوات کا سلوک نہ کریں گے۔ دنیا میں امن نہیں رہ سکتا۔

مرد عام طور پر کہا کرتے ہیں کہ عورت مرد کے برابر نہیں۔ اگر وہ تاریخ کے ان حقائق سے چشم پوشی کر لیں جو ہم اوپر لکھ چکے ہیں جب کوئی مرد عورت کے برابر نہ تھا۔ تو موجودہ زمانہ میں بھی عورت کی فطرت کے مطالعہ سے مرد کے اس خیال کی تکذیب ہوتی ہے۔

مردوں میں یہ غلط خیال مدت سے پھیلا ہوا ہے۔

پانچویں صدی مسیح میں پادریوں کی ایک مجلس میں اس مسئلہ پر بحث کی گئی تھی کہ عورت میں روح ہے یا نہیں!

ڈاکٹر دسودیلی کہتا ہے کہ تعلیم و تربیت سے بھی عورت مرد نہیں بن سکتی میں کہتا ہوں کہ تعلیم و تربیت سے بھی مرد عورت نہیں بن سکتا۔

ڈاکٹر گریم لکھتا ہے کہ اگر ہم انصاف سے حقیقت پر غور کریں تو عورت کی نسبت بدگوئی نہ کر سکیں گے۔ بلکہ ہمارا اعتقاد ہو جائے گا کہ عورت کی فطرت مرد کی فطرت سے زیادہ بلند ہے۔

اس میں شک نہیں کہ بعض چیزوں کی عورت میں بھی کمی ہے لیکن اسی طرح سے کئی باتوں کے لئے مرد محتاج ہیں۔

کہا جاتا ہے کہ مرد مٹی سے بنایا گیا تھا۔ اور عورت مرد کی پسلی کی ہڈی سے۔ پس عورت افضل ہے نہ کہ مرد۔

مشہور ماہر نفسیات ترتولیاں کا قول ہے کہ عورت کو دیکھنا، سننا اور چھونا خطرناک ہے۔ بعض دوسرے مخالفین نے عورت کو شیطان کی شکل اور دروازہ جہنم کہا ہے۔

ایک اور مخالف نے لکھا ہے کہ عورت خود پسند ہے۔ اس کا دل چال ہے۔ دونوں ہاتھ شل ہو چکے ہیں۔ اور وہ خود موت سے زیادہ تلخ ہے۔

مرد اس قسم کے خیالات پڑھ کر عورتوں سے متنفر ہو جاتے ہیں۔ اور اپنی ذات کو ارفع و اعلیٰ سمجھتے ہیں۔

لیکن سوچنے اور غور کرنے سے معلوم ہو سکتا ہے کہ مرد کی فطرت کمزور ہے در وہ خود گنہگاری کے افعال کا مرتکب ہو کر اپنی کمزوری اور نالائقی کا الزام عورت کو شیطان کہہ کر لگایا کرتا ہے۔

فطرت نے عورت کو اس لئے پیدا نہیں کیا تھا کہ ہم اس کو شیطان کہیں بلکہ فطرت نے ہمیں شیطان کے پنجے سے بچانے کے لئے عورت دی تھی۔

فطرت نے مرد کو عورت سے اور عورت کو مرد سے ممتاز کیا ہے۔

کیا عورت میں مرد سے مذہبی احساسات زیادہ نہیں؟

کیا عورت مرد سے زیادہ باعصمت نہیں!
کیا عورت مرد کی نسبت زیادہ ذی شعور نہیں ہو جاتی؟
کیا عورت میں مرد سے زیادہ جذبہ نہیں!
کیا عورت میں بردباری اور استقلال مرد سے زیادہ نہیں؛
کیا عورت میں تکالیف برداشت کرنیکا مادہ مرد سے زیادہ نہیں؛
کیا عورت مرد سے زیادہ غیور نہیں!
کیا [illegible] کرنے میں عورت زیادہ کامیاب نہیں!
کیا گھر کی آبادی اور رونق کا باعث عورت نہیں!

اگر ان تمام سوالات کا جواب اثبات میں ہے تو خدارا بتلائیے کہ کیوں عورتوں کو ذلیل اور پست سمجھا جاتا ہے۔

کیا دور حاضرہ میں عورتوں نے فلسفہ تاریخ طب اور ادب کی اعلےٰ ترین انتہائی ڈگریاں حاصل نہیں کیں؟

کیا عورتیں مردوں کی معروف زندگی میں ہر قسم کے کاروبار کرنے میں پوری نہیں اتریں۔ کیا وہ کلرکی دوکانداری معلمی جاسوسی اور [illegible] میں کامیاب نہیں ہیں؟

کیا بیرسٹری ججی اور وزارت تک کے عہدوں پر عورتیں ناکامیاب رہی ہیں؟

کیا اس سے یہ ثابت نہیں ہوتا کہ جن پیشوں میں مرد کو فضیلت اور برتری کا دعوےٰ تھا اس دعوے کو عورت کی کامیابیوں نے ملیا میٹ کر دیا ہے؟

دور حاضرہ میں تحریک نسوانی ایک ایسی تحریک ہے جس کا منشاء عورت کو بلند مرتبہ دینا ہے۔ اور ہم پیشین گوئی کرتے ہیں کہ عورت اپنے اس منشاء میں کامیاب ہوگی۔ لیکن اس کی کامیابی کو خطرہ کی حد تک پہنچنے سے قبل اگر مردوں اور عورتوں میں کامل مساوات کا درجہ قائم ہو جائے تو بہتر ہوگا۔

آپ اس بات کو تسلیم کرتے ہیں کہ عورت ترقی کے قابل ہے۔ اس

لئے میں پھر کہتا ہوں کہ اس ترقی کو حقیقی ترقی اُس وقت کہا جا سکتا ہے جب عورت مرد کو اور مرد عورت کو عزت اور قدر کی نگاہ سے دیکھے۔

دوشیزہ کے حصہ دوم کو ضرور ملاحظہ کیجئے گا۔
[illegible]

ماں کی محبت

انسان ماں کی گود میں پلتا اور پروان چڑھتا ہے۔ جس ملک کی عورتیں حقیقی معنوں میں تعلیم یافتہ مائیں ہیں۔ وہ ملک ترقی کے تمام مدارج طے کر لیتا ہے۔ ماں ہی بچے کو حق گوئی کرنے اور دنیا میں نیکی اور راستبازی کی تعلیم دیتی ہے۔ ہندوستان کی مائیں اپنے بچوں کو گالی دینا، مارنا پیٹنا تک سکھاتی ہیں۔ ان کے عیوب اور غلطیاں اُن کے باپ سے چھپاتی ہیں اُس کی موجودگی میں آپس میں میاں بیوی لڑتے جھگڑتے اور گالی گلوچ کرتے ہیں جس سے بچے کی اخلاقی حالت پر بڑا اثر پڑتا ہے۔ اور وہ دن بدن گستاخ اور شرارتی ہو جاتا ہے۔

ماں صرف یہی نہیں کرتی بلکہ وہ ہونہار بچے کے فطری سوالات کا جواب بھی صحیح نہیں دیتی۔ بچہ پوچھتا ہے کہ آسمان کیا ہے۔ ستارے کیا چیز ہیں۔ چاند کیوں نکلا۔ سورج کدھر گیا۔ ابا دفتر کیوں جاتے ہیں۔ آگ کو کیوں ہاتھ نہ لگانا چاہئے۔ تو ماں ایسے سوالات کا صحیح جواب نہیں دیتی۔ بلکہ ہمیشہ ٹال دیتی ہے یا غلط جواب دیا کرتی ہے۔ جس سے بچے کے ذہن میں ابتدا ہی سے غلط خیالات جگہ پکڑ لیتے ہیں۔ انہی دنوں بچہ ماں کی تعلیم سے متاثر ہو کر اندھیرے میں جانے سے گھبراتا اور بھوت پریت۔ چڑیل اور ہوّا کی سی فرضی چیزوں سے متاثر ہونے لگتا ہے۔

ماں اپنے بچے سے ہمیشہ لاڈ اور پیار میں توتلی زبان گفتگو کرتی ہے جس سے بچہ غلط زبان سیکھنے لگتا ہے۔ اور اس کی ذہنی و لسانی ترقیوں میں رکاوٹیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ایک سوال بچے ماں سے عموماً کیا کرتے ہیں۔ وہ یہ ہے کہ ماں میں کہاں سے آیا؟ والدین اس کے جواب میں کہتے ہیں کہ ایک جگہ مل تمہیں دے گئی تھی۔ یا ہم نے تمہیں کسی جھاڑی کے پاس پڑے پایا تھا۔ ان

سوالات سے بچہ کی تشفی نہیں ہو سکتی۔ میری سٹوپ مشہور مصنفہ "مدر" نامی کتاب میں اس سوال کا جواب بطور مکالمہ یوں لکھتی ہیں۔

بچہ۔ اماں میں کہاں سے آیا تھا

ماں۔ خدا تمہارے ابا میں اور میں نے تمہیں بنایا کیونکہ ہمیں تمہاری ضرورت تھی۔

بچہ۔ کیا خدا اکیلا نہیں بنا سکتا؟

ماں۔ تم کو معلوم ہے کہ جب تم کسی چیز سے کھیلتے ہو تو ہم تمہیں امداد دیتے ہیں۔ اور تمہیں اس کی ضرورت ہوتی ہے۔ لیکن تم یہ کبھی نہیں چاہتے کہ ہم ہی اس تمام کھیل کو پورا کر دیں

بچہ۔ اماں میں کب پیدا ہوا تھا۔

ماں۔ تمہاری سالگرہ ۱۰ اپریل کو ہوتی ہے۔ اور اس سے ہمیں یاد آتا ہے کہ تم اس دن پیدا ہوئے تھے۔ اور تمہاری عمر میں ایک سال کا اضافہ ہوتا ہے

بچہ۔ اب میں پانچ سال کا ہوں۔

ماں۔ ہاں اور اپنی سالگرہ کے دن تم اس سے پانچ سال قبل پیدا ہوئے تھے۔

بچہ۔ میں پیدا ہونے سے قبل کہاں تھا۔

ماں۔ کیا تم بھول گئے کہ میں نے تم کو ابھی کہا تھا کہ خدا تمہارے باپ اور میں نے تمہیں بنایا۔

بچہ۔ ہاں۔ مگر کیا تم نے میرے یوم پیدائش پر مجھے بنایا تھا۔

ماں۔ تم تمام ایک ہی دن میں تیار نہیں ہوئے تھے۔ تمہاری بناوٹ پر بہت وقت صرف ہوا تھا۔

بچہ۔ کتنا وقت

ماں۔ بہت طویل وقت۔ چھوٹے بچے اس قدر قیمتی ہوتے ہیں کہ وہ جلدی نہیں بنائے جا سکتے

بچہ۔ کتنا عرصہ

ماں۔ قریباً ایک سال پورے نو مہینے۔

بچہ۔ بچے کس طرح ہوتے ہیں

ماں۔ بچہ پیدا ہونے سے یہ مراد ہے کہ دنیا کو تمہیں پہلی بار دکھلایا جائے۔ یا تم دنیا کو پہلی بار دیکھو۔ جس روز خدا، تمہارے ابا اور میں نے تمہیں بنانا شروع کیا۔ اس کے ۹ مہینے بعد تم تیار ہو گئے تھے۔ اور اپنی آنکھیں کھولنے، سانس لینے اور بولنے کے قابل ہوگئے تھے اور اسی کو پیدائش کہا جاتا ہے۔

بچہ۔ مجھے ختم کرنے سے قبل تم نے مجھے کہاں رکھا ہوا تھا۔

ماں۔ میں تمہیں چھپائے ہوئے تھی تاکہ تمہیں کوئی دیکھ نہ پائے۔

بچہ۔ مجھے کہاں چھپایا ہوا تھا؟

ماں۔ تم ایک اچھی جگہ چھپائے ہوئے تھے

بچہ۔ اماں مجھے دکھلاؤ میں وہاں واپس جانا چاہتا ہوں۔

ماں۔ تم ہرگز دوبارہ وہاں واپس نہیں جا سکتے۔ تم صرف اتنا ہی عرصہ وہاں رہ سکتے تھے جب تک پورے نہیں بنے تھے۔

بچہ۔ پھر میں کہاں تھا۔

ماں۔ تم کو معلوم ہے کہ ننھے بچے نہایت ہی ہلکے پھلکے ہوتے ہیں۔ انہیں آرام کی جگہ میں رکھا جاتا ہے۔ جہاں گرمی سردی زیادہ نہ ہو۔ اور ہر ایک سے تمہیں چھپایا جاتا ہے اور وہ بالکل اپنی ماں کے ساتھ ساتھ ہوتے ہیں۔

بچہ۔ لیکن وہ کونسی جگہ تھی۔

ماں۔ سوچو! کونسی جگہ ہے جو نہ بہت گرم ہے نہ بہت سرد۔ جو آرام دہ ہو۔ اور جہاں تمہیں سب سے چھپائے رکھا جا سکے۔ وہ جگہ ماں کا دل ہے۔ بالکل دل کے نیچے۔

بچہ۔ دل کے نیچے

ماں۔ ہاں یہاں دل کے نیچے۔ اندر کی طرف۔ ماں تم کو یہاں حفاظت سے رکھے ہوئے تھی۔ جبکہ خدا اور تمہارے ابا تم کو بنا رہے تھے۔

(دوسری سٹوپ پی۔ ایچ۔ ڈی نے مندرجہ بالا مکالمہ میں بطور مثال کے بتلایا ہے کہ بچہ کے سوالات کا جواب کس طریقہ سے دینا چاہئے۔)

بچے روزمرہ کے واقعات، اشیاء اور دوسری باتوں کے متعلق ماں۔ باپ سے سوالات کرتے رہتے ہیں۔ اگر ماں بچوں کو کچھ نہ کچھ صحیح طریقے سے جواب دینے کی کوشش کرے تو وہ انہیں بہت اچھے سبق دے سکتی ہے۔

کیا ہندوستان کی مائیں کبھی یہ بھی سوچتی ہیں کہ وہ اپنے بچوں کی تربیت کر رہی ہیں۔ انہیں تعلیم دے رہی ہیں۔ اُن کی آئندہ بن جانے والی عادات کی داغ بیل ڈال رہی ہیں۔ اگر وہ اس حقیقت کو سمجھ لیں تو یقیناً اپنی روش کی اصلاح کریں گی!

ماں کی محبت ہی بچوں کی معلم ہے

مندرجہ بالا تحریر سے معلوم ہو سکتا ہے کہ ماں یا باپ کو بچوں سے کس طرح سے گفتگو کرنی چاہئے۔ انگریزی کی ایک ضخیم کتاب میں بچوں کو گھر کے اندر جب وہ بات چیت کرنے کے قابل ہو گئے ہوں عام سوالات کرنے اور ان کے جوابات پوچھنے سے تعلیم دینے کے طریقے بتلائے گئے ہیں۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچوں کی ذہنی تربیت صحیح اصولوں پر ہو تو اس سے فائدہ اٹھانا لازمی ہے۔ بچوں کے کھلونے، بچوں کی تصاویر، گھر کے سامان الغرض ہر چیز سے آپ حساب، جغرافیہ، اسباق الاشیاء، حروف کی شناخت اور اسی قسم کی تمام باتیں آسانی سے بچوں کے ذہن نشین کرا سکتے ہیں۔ اور اس قسم کے سوالات سے بچہ کا ذہن آہستہ آہستہ محیر العقول ترقی کر سکتا ہے۔ اس قسم کے سوالات کی ایک فہرست برائے افادہ ناظرین یہاں درج کی جاتی ہے:

سوال	جواب
(۱) عورت کھڑی ہے یا بیٹھی ہے؟	کھڑی ہے
(۲) اس کے ہاتھ میں کیا ہے؟	رومال
(۳) رومال کا رنگ کیا ہے؟	سبز

انسان کی بیماری موٹاپا

فطرت کی پیدائش

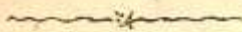
(۴) اس کے سر پر کیا ہے؟ — مجھے معلوم نہیں
(۵) کیا کمرہ میں کوئی میز ہے؟ — ہے
(۶) میز پر کیا چیز پڑی ہے؟ — روٹی
(۷) اور بھی کچھ ہے؟ — کچھ نہیں
(۸) کیا میز پر کوئی شخص موجود ہے؟ — نہیں
(۹) کیا عورت کے ہاتھ میں چاقو ہے؟ — نہیں

کمرہ میں ایک خادمہ بیٹھی آٹا گوندھ رہی ہے۔ صندوق پر پھول پڑے ہیں۔ اول ہر چیز بچہ کو بتلائیے پھر سوالات کیجئے:-

سوال	جواب
(۱) بھولی (خادمہ) کیا کر رہی ہے؟	آٹا گوندھتی ہے
(۲) آٹا کیا کرے گی؟	روٹی پکائے گی
(۳) کیا کمرہ میں کوئی دروازہ ہے؟	ہے
(۴) دروازہ کھلا ہے یا بند؟	کھلا ہے
(۵) کھڑکیاں کھلی ہیں یا بند؟	کھلی ہیں
(۶) کھڑکی کے باہر کیا ہے؟	کچھ نہیں
(۷) بھولی کے پاس کیا پڑا ہے؟	صندوق
(۸) صندوق پر کیا رکھا ہے؟	پھول
(۹) روٹی کس چیز سے پکائی جاتی ہے؟	آٹے سے
(۱۰) آٹا کون گوندھتا ہے؟	بھولی آٹا گوندھتی ہے
(۱۱) پھول کہاں رکھے ہیں؟	صندوق پر
(۱۲) صندوق میں کیا ہے؟	کپڑے
(۱۳) کپڑے کہاں رکھے ہیں؟	صندوق میں
(۱۴) پھول کہاں سے آئے ہیں؟	باغ سے

اس طرح سے آپ بچوں سے مختلف قسم کے سوالات ہر روز کر سکتے ہیں۔ جوابات دینے سے ان کے ذہن میں حیرت انگیز ترقی ظاہر ہوگی۔ بچوں

کو کھلے آسمان کے نیچے ستاروں، آسمانوں، چاند، بادل، بجلی وغیرہ کے متعلق پوچھا جا سکتا ہے۔ صبح کو سورج، روشنی، گاڑیاں، گھوڑے، موٹر، ریل انجن اور ہر قسم کے جانوروں کے متعلق بچوں کو بتلا سکتے ہیں۔ یہی چھوٹی چھوٹی باتیں بچہ کو دانشمند بناتی ہیں بہت زیادہ مفید ثابت ہوا کرتی ہیں۔ بچوں کو جنوں بھوتوں اور دوسری قسم کے افسانوں کی بجائے اس قسم کے سوالات کرنے سے زیادہ فائدہ ہوگا۔

تشریح

اعضائے تناسل زنانہ

تشریح اعضائے تناسل زنانہ

عورتوں کے اعضائے تناسل کے دو حصے ہوتے ہیں۔ اعضائے تناسل زنانہ بیرونی۔ اعضائے تناسل زنانہ اندرونی۔

اعضائے تناسل زنانہ بیرونی۔ اس کو اندام نہانی شرمگاہ PUDENDUM بھی کہتے ہیں۔

اندام نہانی کے حصے۔ رکب MONS VENERIS یہ وہ مقام ہے جو اندام نہانی کے اوپر والی جگہ ہے۔ جہاں بال پیدا ہوتے ہیں۔

فرج کے بڑے لب LABIA یہ دو لب جلد کی دو ابھری ہوئی شکنیں ہیں اور رکب سے شروع ہو کر مقعد کی سیون (عجان) تک فرج کے سوراخ کے دونوں طرف پھیلی ہوتی ہیں۔ یہ دونوں جلدیں اوپر اور نیچے آپس میں مل جاتی ہیں۔ اوپر کے مقام اتصال کو مجمع مقدم اور نیچے کے مقام کو مجمع موخر کہتے ہیں۔ دونوں شکنوں کی شکل ہلالی ہے۔

فرج کے چھوٹے لب LABIA MINORA یہ ایک باریک جھلی ہے جو بڑے لبوں کے اندر کی طرف ہوتی ہے۔ ہر ایک کی لمبائی دو انچ کے قریب ہے چونکہ یہ لب بڑے لبوں کے اندر ہی رہتے ہیں۔ اس لئے ان کی رنگت سرخی مائل ہوتی ہے۔ ان میں اسی وجہ سے حس بھی زیادہ ہوتی ہے۔ عورتوں کے بیرونی اعضاء میں صرف دو چیزیں حظ کا باعث ہوتی ہیں ایک بظر دوسرے یہ لب۔ مباشرت کے وقت ان میں سختی اور تناؤ پیدا ہوتا ہے اور رگڑ سے لذت پیدا ہوتی ہے۔ بظر CLITORIS مثنارکش۔ یہ ایک مستطیل شکل کا گوشت کا ٹکڑا ہے۔ جو چھوٹے لبوں کے مقام اتصال سے سوراخ فرج کے اوپر لٹکتا ہے۔ اس کا جسم بھی قضیب کے جسم کی طرح تنتا اور پھولتا ہے۔ اس میں بھی حالت انتشار پیدا ہوتی ہے۔ اس میں بھی رگڑ سے حظ پیدا ہوتا ہے۔ عرب میں اس کا ختنہ کر دیا جاتا ہے تاکہ عورت کی خواہشات نفسانی میں کمی واقع

ہو جائے۔

افریقہ کے بعض قبائل اور حبشی اقوام میں یہ مقدار کبھی چار یا پانچ انگشت لمبا ہوتا ہے۔ اس لئے وہ عورتیں مردوں کی طرح سے جماع کر سکتی ہیں۔ افریقہ میں بھی ایسی عورتوں کے ختنہ کی رسم جاری ہے۔

دہلیز فرجگاہ VESTIBLLE بظر اور سوراخ فرج کے درمیانی حصہ کا نام ہے۔

شرمگاہ کی بیرونی غدودیں BULBI VESTIBLIE

یہ دو غدودیں چھوٹے لبوں کے اندرونی جانب سوراخ فرج کے دونوں طرف ہوتی ہیں۔ شکل ان کی گول دانہ مٹر کی طرح ہوتی ہے۔ رنگت زردی مائل۔ ان سے ایک رطوبت نکلتی ہے۔ جو فرج کے بیرونی حصہ کو ضرورت کے مطابق تر رکھتی ہے۔

پیشاب کی نالی مجری البول URETHRA

فرج کے سوراخ کے اوپر ہے۔ اس کی لمبائی ڈیڑھ انچ ہوتی ہے

فرج VULVA

سوراخ بول کے نیچے اور دو چھوٹے چھوٹے لبوں کے درمیانی انڈے کی شکل کا ایک سوراخ ہوتا ہے۔ اس کو فرج کہتے ہیں۔ ایک باریک جھلی پردہ بکارت سے اس کا منہ بند ہوتا ہے۔ جو اول بار حیض آنے سے ٹوٹ جاتا ہے اور کبھی قائم رہتا ہے۔ لیکن جماع کے بعد اس کا ٹوٹ جانا لازمی ہے

پردہ بکارت HITMEN

ایک باریک پردہ ہے۔ جو فرج کے سوراخ کے نیچے کے حصہ میں لگا رہتا ہے۔ کبھی یہ سوراخ کو بالکل بند کر دیتا ہے۔ کبھی اس کے وسط میں ایک سوراخ یا کئی سوراخ ہو جاتے ہیں۔

یاد رکھئے کہ عورت کے باکرہ ہونے کی پردہ بکارت ایک قطعی اور یقینی علامت نہیں ہے۔ کیونکہ بعض اوقات یہ پیدا ہی نہیں ہوتا۔ کبھی سیلان الرحم یا حیض کے باعث ضائع ہو جاتا ہے۔

اعضائے تناسل زنانہ (اندرونی)

مہبل VAGINA ایک نالی ہے اس کو عنق الرحم (گردن رحم) بھی کہتے ہیں۔ یہ نالی سوراخ فرج سے لے کر گردن رحم تک جاتی ہے۔ یہی حصہ عضو مخصوص مردانہ کو قبول کرتا ہے۔ یہ نالی دو حصوں میں منقسم ہے۔ اگلا حصہ چار انچ اور پچھلا ۵ یا ۶ انچ لمبا ہوتا ہے۔ شروع میں تنگ درمیان میں کشادہ اور آخر میں پھر تنگ ہے۔

رحم UTERIS

ایک عضو عضلی کی شکل کا ہوتا ہے۔ رحم پیڑو کے جوف میں مثانہ اور رودہ مستقیم کے درمیان واقع ہے۔ رحم کی پرورش اعصاب کے ذریعہ سے ہوتی ہے۔

رحم تین انچ لمبا۔ دو انچ چوڑا اور ایک انچ موٹا ہوتا ہے بعض عورتوں میں اس سے بڑا بھی پایا گیا ہے۔ اس کا وزن ڈیڑھ چھٹانک کے قریب ہوتا ہے۔ جو ایام حمل میں ایک سیر سے ڈیڑھ سیر تک بڑھ جاتا ہے۔

رحم کے اوپر ایک باریک جھلی لگی رہتی ہے۔ اس کے اندر گوشت سے بنا ہوا رحم اور رحم کے اندر ایک استر ہے۔ گویا تین پرت ہیں۔ غلاف رحم طبق لحمی، استر رحم۔

رحم اس جھلی کے اندر جو ناشپاتی کی شکل کا ہوتا ہے۔ ایک مستطیل وضع کا ہے۔ رحم کے تین حصے ہیں (۱) جسم رحم (۲) گردن رحم (۳) شکم رحم

رحم آٹھ رباطات (بندھنوں) کے ذریعہ سے اپنی جگہ پر قائم ہے۔

نالی رحم نفیری

رحم کے ملحقات:- میں خصیۃ الرحم کی نالی جس کو نفیری بھی کہتے ہیں انگریزی نام FALLOPION LUPE ہے۔ یہ دو نلکی ہوتی ہے۔ آلہ موسیقی جو نفیری کی شکل کا ہوتا ہے (عام طور پر ترکستان اور قفقاز میں مستعمل ہے) کی شکل کی نالیاں ہیں۔ جو رحم کے دونوں جانب خصیۃ الرحم اور رحم کو ملاتی ہیں انہی

نالیوں کے ذریعہ سے بیضۂ انثیٰ (مادۂ تولید عورت) خصیۃ الرحم میں داخل ہوتا ہے

خصیۃ الرحم

ان کو بیضیین بھی کہتے ہیں۔ انگریزی نام OVERIES ہے۔ مردوں
کی طرح سے عورتوں میں بھی خصیتین ہوتے ہیں۔ یہ دو چھوٹی چھوٹی بادام کی وضع
کی گٹھلیاں ہیں۔ ان کا وزن ۲ ڈرام لمبائی ڈیڑھ انچ اور تہائی انچ موٹائی ہوتی
ہے۔ یہ قاذف نالی کے بیرونی سرے کے نیچے ہوتا ہے۔ اس کا بیرونی غلاف
ایک آبدار جھلی سے بنا ہوا ہے۔ اس کے اندر چھوٹے چھوٹے ریشہ دار خانے سے
ہوتے ہیں۔ ان کو حویصلی گراف کہتے ہیں۔ ان میں بیضہ بشر محفوظ رہتے ہیں۔

حویصلہ گراف

بیضۂ بشر

یہ دو جزو سے مرکب ہے۔ ایک غلاف۔ دوسرا اندرونی مادہ جو انڈے کی
زردی کی طرح سے ہوتا ہے۔ اس زردی نما مادہ میں ایک چھوٹا سا حویصلہ رہتا
ہے۔ جو دانہ خشخاش کے برابر ہوتا ہے۔ اور اس سے انسان کی پیدائش ہوتی ہے۔
یہ انڈے ایام طفولیت سے لے کر عورت کو جب تک حیض آتا ہے۔ بنتے رہتے
ہیں لیکن اس کی تکمیل صرف اس دن سے ہوتی ہے جب اعضاء تناسلیہ نسا
میں امتلائی دم (جوش خون) ہوتا ہے۔ ان ایام میں بیضہ بشر کی نشوونما حد کمال
پہنچتی ہے چنانچہ ایام حیض سے قبل کوئی حویصلہ گراف پھٹ جاتا ہے اور بیضہ
بشر وہاں سے خارج ہو کر نفیری نالیوں (کے ذریعہ سے رحم میں داخل ہوتا ہے۔
اس لئے حیض کا آنا عورت کے انڈے وغیرہ پر منحصر ہے۔ لیکن دونوں فعل
جداگانہ ہیں۔

چونکہ مردوں کے مادۂ تولید کے ساتھ عورتوں کے مادۂ تولید کے ملنے سے
حمل قرار پاتا ہے۔ اس لئے اسی بیضہ بشر کو عورتوں کا مادہ منویہ قرار دیا گیا ہے۔
کہا جاتا ہے کہ عورتوں میں نہ مجازی منی ہے۔ نہ خزائن منی اور نہ ان میں
مردوں کی طرح منی پیدا ہوتی ہے۔

لیکن اگر اسی بیضہ بشر میں سے خارج ہونے والی رطوبت کو مادہ منویہ
مانا گیا ہے۔ اور نفیرین (قاذف نالیاں) ان کے راستے سے یہ مادہ رحم میں داخل
ہوتا ہے۔ مجازی منی اور جس جگہ یہ بیضے تیار ہوتے اور پختہ ہوتے ہیں۔ ان کو خزائن
منی کہا جاتا ہے۔ تو پھر یہ کیوں کہا جاتا ہے کہ عورتوں میں نہ مجازی منی ہیں۔ نہ
خزائن منی نہ منی۔

یہ کوئی ضروری نہیں کہ قدرت نے جو صورت منی کی مردوں میں رکھی
وہی عورتوں میں رکھی جائے۔ لیکن جو لوگ اس بات سے منکر ہیں کہ عورت
منی نہیں وہ غلطی پر ہیں۔ مردوں کے اعضائے تناسل کی شکل وصورت
عورت سے جداگانہ ہے۔ اس لئے ہر دو کی منی اور آلات منی کی صورت
علیحدہ ہونی چاہئے۔

اطبا کی ایک جماعت عورت میں منی کے وجود سے انکاری ہے۔
دوسری جماعت اس کے وجود کے حق میں ہے۔ میں اس مسئلہ پر تفصیل
سے اس کے موقعہ پر لکھوں گا۔

اس جگہ اختصار کے ساتھ اس مسئلہ پر روشنی ڈالتا ہوں۔

عورت میں بھی مادہ منویہ موجود ہے

عورت کے مادہ منویہ کے موجود ہونے پر بہت سی دلیلیں دی جا
سکتی ہیں جن میں سے بعض حسب ذیل ہیں:-

(۱) جب عورت میں مرد کی طرح سے خواہش پیدا ہوتی ہے۔ تو ضروری ہے
اس خواہش کا انجام بھی مرد کی طرح سے ہو۔

(۲) مرد اور عورت کی منی ملنے سے ہی نطفہ بن سکتا ہے۔ اس لئے دوسرے کا
لازمی ہے۔

(۳) بعض اوقات عورت صرف مساس ہی سے منزل ہو جاتی ہے۔ اور اس کی خواہش
باقی نہیں رہتی اور وہ جماع کے ناقابل ہو جاتی ہے۔

(۴) جس طرح سے مرد منزل ہو جانے کے بعد جماع پر قادر نہیں ہے۔ اسی طرح
عورت بھی جب دوران جماع میں منزل ہو جاتی ہے تو حرکت جماع کے برداشت
کے قابل نہیں رہتی۔ اور مرد سے فوراً علیحدہ ہونا چاہتی ہے۔ ایسی حالت کو
پہنچ کر کبھی ایک اور حالت [illegible] طاری ہو جاتی ہے۔ اور کبھی بہت دیر تک
نہیں ہوتی۔

،) اگر عورت میں منزل ہونے کی قوت نہ ہوتی تو وہ جماع سے کبھی نہ تھکتی۔

،) مرد اور عورت کی منی کی رنگت اور کیفیت جدا جدا ہے۔ ایک میں قوت منعقدہ ہے اور ایک میں عاقدہ۔ دونوں کے ملنے سے نطفہ بنتا ہے۔

،) عورت بھی خواب میں انزال ہو جاتی ہے جسے طبی اصطلاح میں احتلام کہتے ہیں۔ اور میرے تجربات میں دو تین ایسی مریضہ رہی ہیں جنہیں عمر بھر میں دو تین بار احتلام ہوا۔ پس یہ احتلام بھی انزال ہونے اور منی کے وجود کی ایک دلیل ہے۔

،) عورت میں خصیوں کی موجودگی رطوبت منی کے پیدا ہونے کی دلیل ہے۔

،) عورت کو بھی انزال میں مرد کی طرح سے لذت محسوس ہوتی ہے۔

،) بچہ کبھی ماں کی شکل پر ہوتا ہے۔ اور کبھی باپ کی شکل پر۔ اور یہ اپنی اپنی منی کی مشابہت ہے۔

حَیض

حیض

عورتوں کا مادہ تولید پختہ ہو کر جب نفرین کے ذریعہ سے خارج ہوتا ہے۔ تو انہیں ایام میں عورت کے اعضائے تناسلیہ میں اجتماع خون ہو کر حیض جاری ہو جاتا ہے۔

خون حیض (طمث ماہواری) (MENSES) عورتوں میں بلوغت کی علامت ہے۔ جب عورت کو حیض آتا ہے۔ تو اس دن سے وہ بالغ سمجھی جاتی ہے۔ شاذ و نادر ایسا بھی ہوتا ہے۔ کہ عورتوں کو حیض آنے سے قبل ہی حمل ہوتا ہو۔ گرم ملک کی عورتوں کو حیض ۹ سے ۱۰ سال کی عمر میں اور سرد ممالک میں ۱۶ سے ۱۸ سال کی عمر میں شروع ہو جاتا ہے۔ معتدل ممالک میں [illegible] سے ۱۶ سال کی انتہائی عمر ہے۔ اس کلیہ میں بعض مستثنیات بھی دیکھنے میں آتی ہیں۔

حیض کی مدت تین سے چار دن ہے۔ لیکن بعض عورتوں کو سات یوم تک بھی حیض آتا ہے اور بعض کو صرف ایک دو دن

حیض کی اوسط مقدار ۲۰ تولہ ہے۔

حیض کے خون اور انسان کے صالح خون میں بہت کم فرق ہے۔ خون حیض میں صرف ایک عنصر کی کمی ہے۔ یہ ایسا عنصر ہوتا ہے جس سے خون رگوں سے باہر نکلتے ہی جم جاتا ہے۔ اس لئے خون حیض کو ناقص کہنا ایک غلطی ہے۔ نہ یہ فاسد ہے۔ نہ بدبودار۔ کیونکہ بدبو صرف گندہ اور غلیظ رہنے والی اور طہارت سے غفلت کرنے والی عورتوں میں پائی جاتی ہے۔ بعض عورتوں میں کسی قسم کی دیگر فاسد رطوبتیں اس خون کے ساتھ شامل ہو جاتی ہیں۔ مثلاً

۱۔ اگر کبھی اس امتحان کی ضرورت پیش آجائے کہ کپڑوں پر داغ حیض کے دھبے ہیں یا معمولی خون کے تو اس کا پتہ [illegible] ہو سکتا ہے [illegible] کیا جائے۔ خون حیض جم جاتا ہے لیکن [illegible] اس کی [illegible] میں بھی کم ہوتی ہے۔ اور [illegible] سے خون حیض میں [illegible] بھی پائی جاتی ہے [illegible] اور جس کے [illegible] اس میں ملے ہوئے پائے جاتے ہیں۔

سیلان الرحم کی رطوبت اس لئے بھی خون فاسد معلوم ہوتا ہے۔ ورنہ صفائی رکھنے والی اور امراض رحم سے پاک عورتوں کا خون صاف اور بغیر بدبو کے ہوتا ہے۔

ایام حیض کے متعلق ہدایات وغیرہ اپنے مقام پر درج کی جائیں گی۔ اس جگہ صرف حیض کی ماہیت کا ذکر ضروری تھا۔

حیض اور عورت کے انڈا دینے کے متعلق ہم دوسری جگہ لکھ چکے ہیں۔ جن عورتوں کے بیضے نکال دئے جائیں ان کو حیض نہیں آتا۔ اس لئے حیض آنا عورت کے انڈا دینے پر منحصر ہے اور عورت کا انڈا دینا امتلائے خون کے باعث ہے۔ پس عورتوں کا بغیر حیض کے حاملہ ہو جانا یا بیضے نکال دینے پر بھی حیض کا آنا مستثنیات سے ہے۔

عورتوں کے اعضائے تناسل کی اس طبی تشریح کے بعد آپ محسوس کرتے ہوں گے۔ کہ مردوں کے اعضائے تناسل کی بھی تشریح کرنی چاہیے۔

مردوں کے اعضائے تناسل کی تشریح کتاب کے کسی دوسرے حصہ میں دی جائے گی۔ اس کتاب کی ابتدا انسان کی پیدائش سے ہونی چاہیے لیکن میں نے انسان کی پیدائش کا ذکر اس کے زمانہ حمل سے قرار دیا ہے۔ جس روز حمل قرار پاتا ہے۔ اس دن انسان کی نشوونما شروع ہو جاتی ہے۔ اس لئے اس کتاب کو حمل سے شروع کیا جائیگا۔

عورتوں کے اعضائے تناسلیہ کی ضروری طبی تشریح کے بعد اب حمل کے متعلق لکھا جاتا ہے۔

قرار حمل[1]۔ مختصر یہ ہے کہ عورت جب اول اول حیض دیکھتی ہے۔ تو بیضہ بھی نشوونما پا کر رحم میں آتا ہے۔ اگر اس وقت جماع کا اتفاق ہو تو بیضہ کی تلقیح [illegible] کا بیضہ پر اثر کے باعث عورت حاملہ ہو جاتی ہے۔

اس اجمال کی تفصیل یہ ہے کہ عورت کے مادہ تولید رحمی۔ بیضہ بشر کے ساتھ مرد کا مادہ تولید (کرم منی) کے ملنے سے حمل قرار پاتا ہے۔ مرد کے ماد

۱۔ پریگننسی (PREGNANCY) پیٹ رہنا۔ استقرار حمل۔ [illegible]

تولید میں قوتِ عاقدہ ہوتی ہے۔ اور عورتوں کے مادہ تولید میں قوت منعقدہ
پس ان دونوں قوتوں کے باہم اتصال سے حمل واقع ہوتا ہے۔ بیضہ بشر کے غلاف
کے اس مقام پر جہاں کرم منی داخل ہوتا ہے۔ ایک ذرا سا ابھار ہو جاتا ہے۔ اس
نقطہ جاذبہ کو ایک پتلی سی جھلی بند کر دیتی ہے۔ بمصلحت اس میں قدرت کی یہ
ہے کہ دوسرا کرم منی اس میں داخل نہ ہو سکے ورنہ مولود عجیب الخلقت پیدا ہوتا
ہے۔ اور بیضہ بشر کے غلاف کے اندر ہی اندر اس کی زردی دو حصص میں منقسم
ہو جاتی ہے۔ پھر اس کے زیادہ حصے ہو جاتے ہیں۔ اور یہ تمام ایک خوشہ دار
جھلی سی بن جاتے ہیں۔ جس کی صورت شہتوت کے ابھار کی طرح سے ہوتی ہے
یہ تمام حالت بیضہ بشر کے جوف رحم تک پہنچنے سے قبل سرانجام ہو جاتی ہے۔ پھر
اس خوشہ دار ابھار پر ایک غلاف بن جاتا ہے۔ یہ نیا غلاف اس قدر بڑھتا ہے
کہ اندرونی غلاف بیضہ بشر معدوم ہو جاتا ہے۔ اور اسکی جگہ صرف یہی باقی رہ جاتا
ہے۔ پھر یہ نیا غلاف جس کو بلاسٹوڈرم (غشاء جراثیمی) کہتے ہیں۔ تین طبقات حصوں
میں تقسیم ہو جاتا ہے۔ بیرونی، اندرونی اور درمیانی طبقہ اور انہی تین طبقات کو
جنین کا جسم بنتا ہے۔

(۱) بیرونی حصے سے جلد، بال، ناخن، مغز، حرام مغز اور آلات حواس خمسہ آنکھ، کان، ناک، زبان ہاتھ۔

(۲) اندرونی حصے سے غذا کی نالی حنجرہ قصبہ ریہ، مثانہ، مجاری بول، غدد وسطی درمیانی حصے سے جگر تلی۔

(۳) گوشت، ہڈیاں، کریاں، احشا، خون عروق، اعضائے تناسل اعضائے بول وغیرہ
حمل قاذف نالی کے سرے کے پاس قرار پاتا ہے۔ جہاں سے ڈیڑھ ہفتہ
کے بعد یہ جوفِ رحم میں چلا جاتا ہے۔ جوف رحم میں جہاں نطفہ ٹھیرتا ہے وہاں رحم
کی اندرونی جھلی پھول جاتی ہے۔ اس جگہ جنین پرورش پاتا ہے اور وضع حمل کے
وقت یہ جھلی خارج ہو جاتی ہے۔

حمل

علاماتِ حمل

حمل ہونے کی چند علامتیں ہیں جن کا ذیل میں ذکر کیا جاتا ہے

بندش حیض

اول :- بندش حیض ۔ ایک تندرست عورت کو حمل ہونے کے بعد حیض نہیں آتا۔ اس لئے جب عورت کو حیض نہ ہو تو معمولی حالات میں سمجھ لیا جاتا ہے کہ عورت حاملہ ہے۔

اس میں شک نہیں کہ بعض عورتوں کو کسی دوسرے سبب سے بھی حیض رک جاتا ہے۔ مثلاً بیماری۔ کمی خون وغیرہ۔ بعض دفعہ ایام حمل میں بھی کچھ مقدار خون کی یا [illegible] رطوبت کی جاری رہتی ہے۔ اس لئے یہ علامت حمل کی قطعی علامت نہیں۔ بلکہ حیض کی دیگر علامات کی طرح سے ایک علامت ضرور ہے۔

پیٹ کا بڑھنا

دوم :- پیٹ کا بڑھنا حمل کی دوسری علامت ہے۔ پیٹ تیسرے مہینے سے بڑھنا شروع ہوتا ہے۔ بعض عورتوں کو پیٹ پانچویں یا چھٹے ماہ میں بڑھتا ہے۔ لیکن کم و بیش تیسرے ماہ میں کچھ نہ کچھ پیٹ بڑھنا شروع ہو جاتا ہے

تغیر پستان

سوم :- حاملہ کے پستان بھرے ہوئے اور ابھرے ہوئے ہوتے ہیں بھٹنی کے ارد گرد کا دائرہ سیاہ ہو جاتا ہے۔

حرکت جنین

چہارم :- جنین کی حرکت چوتھے اور کبھی پانچویں ماہ سے محسوس ہوتی ہے بعض عورتوں کو اور معالج کو تمام ایام حمل میں بالکل محسوس ہی نہیں ہوتی۔ حرکت محسوس کرنے کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ معالج اپنے ہاتھ کو سرد پانی سے تر کر کے شکم حاملہ پر رکھے۔ اس سے بچہ حرکت کرنے لگتا ہے۔ اس حرکت کے صاف محسوس ہونے سے حمل کا یقین ہو جاتا ہے۔ لیکن شاذ و نادر ایسا بھی ہوتا ہے کہ حرکت محسوس نہ ہو اور پھر بھی حمل ہو۔

حرکت قلب جنین

پنجم :- حمل کے پانچویں ماہ شکم حاملہ پر آلہ اسماع قلب یعنی سٹیتھسکوپ لگانے سے بچے کے دل کی حرکت آواز سنائی دیتی ہے۔ جو شمار کی جا سکتی ہے یہ آواز حاملہ کے دل کی آواز سے بالکل جدا ہوتی ہے۔ حاملہ کے دل سے یہ حرکت تیز ہوتی ہے۔ کیونکہ جنین کا قلب زیادہ تیزی سے حرکت کرتا ہے۔

جنین کے مردہ یا زندہ ہونے کا بھی اس طریقہ سے امتحان لیا جاتا ہے لیکن بعض اوقات یہ آواز نہیں بھی سنائی دیتی اور بچہ زندہ ہوتا ہے۔ گویا کئی بار کئی دن کے وقفہ سے اس کا امتحان کرنا چاہئے۔ اور ان امراض کے متعلق بھی غور کر لینا چاہئے۔ جو حمل کاذب بناتی ہیں۔

ششم :- حمل کی شناخت کے لئے ایک تجربہ کار دایہ رحم کے منہ اور گردن کا معائنہ کرنے سے حمل کے متعلق صحیح رائے دے سکتی ہے۔ چنانچہ حمل کے پانچویں یا چھٹے مہینے رحم کی گردن اندام نہانی میں نکلی ہوئی محسوس ہوتی ہے اور عنق رحم پھیل جاتی ہے اور ملائم ہو جاتی ہے۔

اگر دایہ رحم کی گردن میں انگشت رکھ کر بچہ کو آہستہ سے دھکیلے تو وہ حرکت محسوس کرتی ہے۔ لیکن یہ علامت پانچویں یا چھٹے ماہ میں معلوم ہو سکتی ہے۔

ان علامات حکمی کے علاوہ بعض تغیرات مزاجی بھی واقع ہوتے ہیں۔ مثلاً تھوک کا بکثرت پیدا ہونا۔ متلی و قے کا آنا۔ پیشاب کا بار بار آنا۔ سستی و کاہلی کا معلوم ہونا۔ بھوک کا کم ہو جانا۔ چہرہ کا زرد رنگ ہو جانا وغیرہ۔

مندرجہ بالا مضمون میں کئی جگہ حمل کاذب اور دیگر امراض حمل مشابہ حمل کا ذکر آیا ہے۔ اس لئے حمل کاذب کی علامات لکھی جاتی ہیں۔

حکمائے قدیم نے اس کی آٹھ اقسام مقرر کی ہیں۔

حمل طبعی ۔ عورت کے انڈا دینے اور اس کے باردار ہو کر جوف رحم میں پرورش پانے کا نام حمل طبعی یا حمل صادق ہے۔

حمل غیر طبعی ۔ اگر عورت کا انڈا باردار ہو کر رحم میں جانے کی بجائے نفیر پردہ صفاق یا نلیوں میں چلا جائے۔ اور وہیں نشوونما پائے تو اس کو حمل غیر طبعی کہتے ہیں۔ اس قسم کا حمل خطرناک ہوتا ہے۔

حمل بسیط ۔ اگر مولود ایک ہی ہو تو حمل بسیط تھا۔

توام ۔ اگر دو مولود ہوں تو یہ حمل توام تھا

مختلط ۔ اگر مولود کے علاوہ اور کچھ غیر جنسی چیز پائی جائے تو حمل مختلط تھا

حمل کاذب - کبھی حمل صادق یا غیر جنسی چیز یا خون حیض کے رک جانے سے جس میں کبھی کبھی جان بھی پڑ جاتی ہے حمل ہو جاتا ہے - اس میں خون حیض بھی بند ہو جاتا ہے - اور پیٹ بھی بڑھ جاتا ہے - اس مرض کو بعض لوگ رنگ بھی کہتے ہیں -

وقوع حمل - یہ مضمون اس حصہ کے متعلق نہیں - جب تک عورت کی شادی نہ ہو جائے ہم وقوع حمل پر روشنی نہیں ڈالنا چاہتے - لہٰذا حصہ دوم میں جہاں عورت کی شادی اور جماع کے متعلق تفصیل سے بحث کی جائے گی اسی جگہ وقوع حمل کے متعلق بیش قیمت جدید معلومات پیش کی جائیں گی -

نشوونمائے جنین

جب نطفہ یعنی تخم رحم میں پہنچ کر ٹھہرتا ہے تو ماں کا خون اس کی پرورش کے لئے اس تک پہنچنا شروع ہوتا ہے - اور اس خون کے پہنچنے سے رحم کی جھلی پھولنی اور نرم ہونے لگتی ہے - اور یہ نطفہ کو اپنے اندر محفوظ کر لیتی ہے - اور غلاف کی طرح سے اس پر چھا جاتی ہے - اب نطفہ نشوونما پا کر بڑھنے لگتا ہے اور ساتھ ساتھ رحم کی جھلی بھی پھولتی جاتی ہے تاکہ جنین کے بڑھنے میں کسی قسم کی رکاوٹ پیدا نہ ہو -

ایک ہفتہ میں انچ کا آٹھواں حصہ
ڈیڑھ " ½ انچ
ایک ماہ " کبوتر کے انڈا کے برابر
دو ماہ " مرغی "
تین ماہ " چھوٹی نارنگی کے برابر - نال و آنول کی بناوٹ شروع ہو جاتی ہے -
چار ماہ میں ۵ انچ لمبا خط و خال بن جاتے ہیں
پانچ " " - سر پر بال پیدا ہوتے ہیں

چھ ماہ میں لمبائی ایک فٹ پلکیں اور بھویں بھی ظاہر ہوتی ہیں -
سات " دو فٹ لمبا بدن پر روئیں ہوتی ہیں -
آٹھ " " اور ڈیڑھ فٹ کے درمیان - جلد میں خون کی سرخی دوڑنے لگتی ہے
۹ ماہ میں ڈیڑھ فٹ لمبا ناخن پیدا ہو جاتے ہیں -
۲۸۰ ایام کا بچہ ساڑھے تین سیر اور ۲۰-۱۱ انچ لمبا ہوتا ہے -

مندرجہ بالا مضمون سے آپ پر رحم میں جنین کی پرورش کے مدارج واضح ہو گئے ہوں گے - اب صرف یہ بتلانا باقی رہ گیا ہے کہ رحم میں بچہ کی خوراک کیا ہے -

تیسرے اور چوتھے ماہ میں رحم میں آنول اور نال مکمل ہوتی ہے اور چوتھے ماہ سے اسی آنول اور نال کے ذریعہ سے بچہ کی پرورش ہونے لگتی ہے - بچہ کی نشوونما کے ساتھ آنول اور نال کی نشوونما میں بھی ترقی ہوتی رہتی ہے وضع حمل کے وقت یہ نال دس بارہ انچ لمبی ہوتی ہے -

ماں کا خون بذریعہ شریانی[1] رگوں کے رحم میں پہنچتا ہے - اور آنول سے نال کے اندر سے ہوتا ہوا جنین کی ناف کے راستے سے جنین[2] کی رگوں میں داخل ہو کر جسم میں دورہ کرتا ہے جس سے بچہ طاقت پکڑتا ہے - اسی ذریعہ سے وہ اپنی خوراک اور ہوا حاصل کرتا ہے اور بچہ کے جسم سے دورہ کر کے پھر نال اور آنول کے ذریعہ سے ماں کے خون میں ملتا ہے تاکہ جو خراب ہوا اور فاسد مادے لایا ہو وہ پھر ماں کے پھیپھڑوں میں صاف ہو کر درست ہو جائیں - اور فضلہ ماں کے فضلہ دور کرنے والے راستوں سے دور ہو جائے -

---

[1] شریانی رگیں یعنی سرخ خون والی رگیں - ان کے ذریعہ سے تمام جسم میں خالص خون دورہ کرتا ہے - اور جن رگوں میں غیر صاف خون ہوتا ہے ان کو وریدیں کہتے ہیں - یہ وریدیں کہلاتی ہیں [2] پیٹ میں بچہ کو جنین کہتے ہیں

ہندوستانی دیہات کی عورت

جنوبی ہند کی عورت

حفاظتِ حاملہ

حمل کی حفاظت اور حاملہ کو عوارض سے بچانے کے متعلق ضروری امور کا اختصار سے ذکر کرنا لازمی ہے۔

حمل کے ایام میں عورتوں کو متلی کی شکایت رہتی ہے۔ تھوک بکثرت پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے وہ ترش چیزیں زیادہ استعمال کرتی ہیں۔ بعض ملتانی مٹی، انگاچنی، چولھے کی مٹی، سنگھاڑے، شکر قندی کے کے وغیرہ بکثرت کھاتی ہیں۔ ان چیزوں سے جو معدہ کو غلیظ کریں اور قابض ہوں۔ ان کا پرہیز لازمی ہے۔ حاملہ کی غذا زود ہضم اور مقوی ہونی چاہئے۔ شوربا، گھی، مکھن، انگور، سیب، دودھ، چاول، ساگودانہ، کھچڑی، ڈبل روٹی، سوجی کا حلوا، بکرے کا گوشت جو چرب نہ ہو اور اسی قسم کی تمام صالح اور لطیف غذائیں کھلائیں۔

حاملہ کا لباس — حاملہ کو تنگ اور چست کپڑے نہ پہنائیں۔ اوس اور سردی سے بچائیں۔ تیز دھوپ میں بھی چلنے پھرنے سے روکیں۔ کمر پر پیٹی یا آزاربند کس کر نہ باندھیں۔

حاملہ کی نیند — حاملہ کو جلدی سو جانا اور علی الصباح بیدار ہونا چاہئے۔ نیند کا وقت قریباً سات گھنٹے ہو۔ دوپہر کو بھی لیٹنا بہتر ہے۔

حاملہ کی ورزش — چونکہ حمل کی حفاظت کے لئے عام طور پر حاملہ کو دوڑنے، کودنے، پھیلنے اور بھاری بوجھ اٹھانے کی ممانعت ہے اس لئے اکثر عورتیں ان کے متعلق احتیاط کرتی ہیں۔ لیکن اس سے یہ لازم نہیں آتا کہ وہ معمولی کاروبار کو بھی ترک کر کے صاحبِ فراش بن جائیں۔ گھر کا کام ایک ہلکی ریاضت ہے نیز کھانے کے بعد چہل قدمی کرنا اور صبح کو ہواخوری صحت کے لئے مفید ہیں

اعراض نفسانی — حاملہ کو خوش و خرم رکھنا، لطیف غذا دینا، اور خوبصورت تصویروں وغیرہ کے کمرے میں سلانا۔ باغ کی سیر کرانا۔ اور پھولوں کے تحفے دینا، خوشبو

لگانا اور دلکش سریلے نغمے سنانا جنین کو خوبصورت اور حاملہ کی صحت کو بناتا ہے۔ حاملہ کو رنج و غم فکر و اندیشہ سے بچانا چاہئے۔

حاملہ کی امراض اور انکا علاج

اگر حاملہ کی کافی نگہداشت نہ کی جائے تو وہ بعض امراض کا شکار ہو[تی] ہے جن کا بروقت علاج نہ کرنے سے حاملہ کی جان کا خطرہ ہوتا ہے۔

بے خوابی — اگر حاملہ کو نیند بخوبی نہ آتی ہو تو رفع سبب کریں۔ مثلاً اگر گرمی ز[یادہ] ہو تو سرد ادویہ کھلائیں۔ شربت صندل۔ شربت نیلوفر، بھوسی اسپغول کے [ساتھ] دیں اور صندل رگڑ کر پیشانی پر لگائیں۔ اگر نفخ یا بدہضمی یا قبض ہو تو اُس [کا] علاج کرائیں۔

روغن کدو یا روغن خشخاش کی کنپٹی پر مالش کرنا بہت مفید ہوتا ہے۔ تیز خواب آور دوا مثلاً ڈوور پوڈر وغیرہ استعمال نہ کرائیں۔

دردِ دنداں — اگر دانت میں درد ہو تو اسے ہرگز نہ نکلوائیں۔ ورنہ جنین کے ض[ائع] ہو جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس صورت میں جوہر شفا یا امرت دھارا میں سے ذرا سا روئی پر لگا کر مقام ماؤف پر رکھیں۔

مرچ سیاہ۔ نمک اور پھٹکڑی پیس کر ملیں بہت جلد افاقہ ہو جائیگا۔

بکثرت تھوک آنا — اگر حاملہ کو بکثرت تھوک آتا ہو تو پان چبانے سے یہ شکایت رفع ہو جاتی [ہے]

ورم پستان — ایام حمل میں بعض عورتوں کے پستان متورم ہو جاتے ہیں۔ یا ان میں [درد] ہوتا ہے۔ اس حالت میں پستانوں کو نیم گرم پانی سے دھو کر روغن گل کی ملی[ش] مفید ہوتی ہے۔

اگر اس سے آرام نہ ہو تو روغن بابونہ کی مالش کریں اور گھو کے جوش[اندہ] سے دھوئیں۔

کھانسی — حاملہ کی کھانسی میں لعوق سپستان، شربت بنفشہ وغیرہ سے کام لیں گولیاں دیں۔ [illegible] — رب السوس۔ گوند کتیرا۔ افیون کوٹ چھان کر

قدر دانہ نخود تیار کریں۔ اور ایک گولی صبح ایک شام پانی کے ہمراہ دیویں

اختلاج القلب

بعض عورتوں کو ایام حمل میں دل کے دھڑکنے کا عارضہ ہو جاتا ہے۔ اس
الت میں اگر قبض ہو تو اول اس کو رفع کریں۔ مربہ آملہ اور ورق نقرہ بھی کھلائیں
ر اس تدبیر سے آرام نہ ہو تو اس نسخہ کو کام میں لائیں۔
یشب سبز اور لونگوں کی آنچ پر گرم کر کے عرق گلاب میں سات بار بجھا
ں۔ پھر پوست بیرون پستہ۔ دانہ الائچی کلاں۔ نارجیل کلاں۔ الائچی خورد۔
ہر مہرہ عمدہ قسم۔ ورق نقرہ۔ ورق طلا۔ مروارید ناسفتہ
کیب تیاری۔ زہر مہرہ اور مروارید کو عرق گلاب میں کھرل کرکے یشب سبز
ارشدہ میں کھرل کریں۔ پھر ورق طلا اور ورق نقرہ ملا کر کھرل کریں۔ پھر
قی ادویہ اضافہ کرکے حبوب بقدر نخود تیار کریں۔ اور ایک گولی یومیہ کسی شربت
رق یا دودھ کے ہمراہ دیا کریں مجرب ہے۔

بدہضمی

اگر حاملہ کو بدہضمی کی شکایت ہو تو غذا میں مناسب تبدیلی کریں۔ اور کثرت
ی سے بچائیں۔ سفوف نمک سلیمانی یا جوہر ہاضم وغیرہ سے کام لیں۔ عام بد
می کو دور کرنے کے لئے یہ نسخہ مفید و مجرب ہے۔
سوڈا بائی کارب ۱۰ گرین۔ اسپرٹ امونیا ایرومیٹک ۲۰ بوند۔ ٹنکچر کارڈیم
بوند آئل اینی سائی ۲ بوند۔ ایکوا مینتھی پپ ۱ اونس
یہ کل دو خوراک ہیں۔ دن میں دو بار صبح و شام دیں اور تین دن تک جاری
ھیں۔ غذا میں دودھ۔ سوڈا۔ بسکٹ۔ کھچڑی۔ دلیہ وغیرہ دیویں۔

قبض

حاملہ کو اگر قبض کی شکایت ہو تو مسہل ہرگز نہ دیویں بلکہ معمولی قبض کشا
ویات سے کام لیں۔ مثلاً گلقند۔ مربہ ہلیلہ۔ روغن بادام وغیرہ اگر مسہل کے
یر چارہ نہ ہو تو سنا، لزیز پوڈر، یا کسٹر آئل پلائیں۔

پیشاب کا رکنا

حمل کے باعث رحم بوجھل ہو جاتا اور بڑھ جاتا ہے۔ اس کے زائد بوجھ سے
ثانہ اور مجری بول پر دباؤ پڑتا ہے۔ اور پیشاب رک جاتا ہے۔ اس لئے اگر رحم
دو انگلیوں سے اوپر اٹھائیں تو پیشاب خارج ہو جاتا ہے۔ ورنہ ربڑ کی سلائی
ے حاملہ خود پیشاب خارج کر سکتی ہے۔

خارش

ایام حمل میں شرمگاہ کی خارش سخت تکلیف دہ مرض ہے۔ پھٹکڑی کو گرم
پانی میں جوش دے کر اس سے دھوئیں۔ اگر اس سے آرام نہ ہو تو نسخہ ذیل سے
کام لیں۔
کافور، سہاگہ، افیون۔ ان کو عرق گلاب میں رگڑ کر پتلا سا لیپ تیار کریں۔
اور عضو ماؤف پر لگائیں۔ انگریزی پیٹنٹ ادویہ میں زنسک بہت مفید دوا ہے
گرم پانی سے دھو کر اس کو لگانا مرض چند روز میں دور کرتا ہے۔
اگر ان ادویہ و تدابیر سے بھی آرام نہ ہو تو اس نسخہ کو کام میں لائیں۔
مردار سنگ ایک تولہ باریک پیس کر کپڑے میں چھان لیں اور مکھن دو تولہ
ایک سو بار پانی میں دھو کر اس میں ملا کر لگائیں۔ مجربات سے ہے۔

سیلان الرحم

بعض عورتوں کو ایام حمل میں ایک سفید یا زرد قسم کی رطوبت جاری رہتی
ہے۔ یہ رطوبت اگر عورت کو دن بدن کمزور نہ کردے یا کثرت سے نہ آنے لگے تو
چنداں مضر نہیں۔ لیکن رطوبت کا کثرت سے آنا بعض اوقات اسقاط حمل کا باعث
بن جاتا ہے۔ اس لئے ضروری علاج سے بھی غفلت نہ کرنی چاہئے۔
۲ ماشہ پھٹکڑی کو نیم گرم پانی میں حل کرکے بذریعہ ڈوش سرنج کے دھوئیں
یا اسفنج تر کرکے رکھیں اور صبح دھوئیں۔
یا یہ نسخہ تیار کرکے بطور شافہ کام میں لائیں۔
شافہ دافع سیلان رحم۔ چھال کیکر۔ مائیں۔ مازو ہر ایک ۱ تولہ پھٹکڑی
۲ ماشہ۔ ان کو باریک پیس کر ململ کے باریک کپڑا میں کھجور کی گٹھلی کے برابر شافہ
تیار کرکے صبح و شام اندر رکھیں۔ اور مندرجہ ذیل نسخہ کھانے کو دیں
صفت: مصطگی ۱ تولہ۔ طباشیر ۱ تولہ۔ سرچینی ۲ تولہ۔ موصلی سفید ۱ تولہ۔ پوست خشخاش
۲ تولہ کشتہ صدف مروارید ۱ تولہ۔ ثعلب ۲ تولہ مصری۔ سبوس اسپغول ۲
تولہ۔ کھانڈ ۱ تولہ ان تمام کو کوٹ چھان کر ملائیں اور سفوف تیار کرکے کام میں
لاویں۔

درد رحم

بعض عورتوں کو ایام حمل میں درد رہتا ہے۔ ایسی حالت میں دایہ کو دکھا
اور رفع سبب کریں۔ اگر رحم کے ٹل جانے سے درد ہو تو اسے درست کرائیں۔ اگر

سیلان الرحم کی کثرت ہو تو اس کا علاج کریں اور اگر ورم یا سوزش ہو تو پوست
خشخاش کے جوشاندہ سے نیم گرم ہو نگور کریں۔ اچھلنے کودنے اور سیڑھیاں وغیرہ
چڑھنے سے پرہیز کریں۔

ہبش

اگر حاملہ میں خون کی مقدار کم ہو جائے تو اس کو ہبش کی مرض ہو جاتی
ہے۔ اس کو انگریزی میں انیمیا کہتے ہیں۔ اس مرض میں خون پتلا پڑ جاتا ہے
جس سے کمزوری ہو کر اسقاط حمل کا اندیشہ ہوتا ہے۔
مریضہ کو مقوی و مولد خون اغذیہ و ادویہ کھلائیں۔ نیم برشت انڈا۔ شوربا۔
مکھن۔ دودھ۔ بالائی۔ انگور وغیرہ دیں۔ اور کشتہ فولاد ایک رتی یومیہ کھلائیں
سینٹوجن انگریزی پیٹنٹ دواؤں میں اس مرض کے لئے بہترین دوا ہے۔

بخار

حاملہ کے بخار کا علاج مثل دیگر حمیات کے واجب ہے۔ لیکن زیادہ پسینہ
در ادویہ اور کونین کا استعمال منع ہے۔ کیونکہ ان سے اسقاط حمل کا اندیشہ
ہوتا ہے۔ مسہلات میں سے بھی صرف بید انجیر کا تیل۔ مربہ ہلیلہ یا گلقند
سے کام لے سکتے ہیں۔

اسقاط

اسقاط حمل اگر حمل سات ماہ سے قبل ضائع ہو جائے تو اس کو
اسقاط حمل کہتے ہیں۔ وضع حمل کی قانونی مدت مذہب اسلام اور یورپ کے
مہذب ممالک میں صرف اسی لئے ۷ ماہ قرار دی گئی ہے کہ ۷ ماہ کا بچہ پیدا
ہونے کے بعد کبھی زندہ بھی رہتا ہے۔
اسقاط حمل کا اندیشہ پہلے سے تیسرے ماہ تک اور پھر ساتویں سے آٹھویں
ماہ تک ہوتا ہے۔ اس لئے ان مہینوں میں بھی احتیاط کی ضرورت ہے۔
اسقاط حمل سے اس قدر جانیں ہر سال ضائع ہوتی ہیں کہ ان کی تعداد
اموات اطفال سے بھی زیادہ ہے۔ بعض عورتوں کو جب ایک دو بار اسقاط
حمل ہو جاتا ہے۔ تو ان کو ہر سال حمل گر جانے کی ایک عادت سی ہو جاتی ہے
جس سے ایک تو اولاد پیدا نہیں ہوتی۔ دوسرے عورت کی صحت پر نہایت برا

۱؎ حمل کا گر جانا

اثر پڑتا ہے۔ اس عادت کو روکنے کی تدابیر میں سے ایک یہ بھی ہے کہ حمل سے ضا
ہو جانے کے بعد مریضہ کو کئی دن تک کسی قسم کی نقل و حرکت نہ کرنی چاہئے
عام طور پر عورتیں اسقاط حمل کے دو چار دن بعد ہی چلنے پھرنے لگتی ہے۔
سراسر مضر صحت ہے۔
دنیا بھر میں اسقاط حمل کا قانونی حق کسی جگہ بھی عورت کو حاصل نہیں
حضرت مسیح علیہ السلام سے کئی سو سال قبل دنیا کے مختلف حصوں میں عور
کو یہ حق حاصل تھا۔ کیونکہ اس زمانہ میں عورتوں کی حکومت تھی۔ آج پھر عورتیں
اسی حق کو حاصل کرنا چاہتی ہیں۔
عورتوں کے بڑے بڑے دلائل یہ ہیں۔

(۱) چونکہ عورتیں ہی ۹ ماہ تک بچوں کو پیٹ میں اٹھائے پھرتی ہیں لہ
ان کو اس امر کا حق حاصل ہونا چاہئے۔ کہ وہ یہ تکلیف برداشت کریں
یا نہ کریں۔

(۲) چونکہ عورتوں کو بچوں کی پرورش کرنی پڑتی ہے اور بچوں کو دودھ پلانا
ہے اس لئے ان کو اس بات کا حق حاصل ہونا چاہئے کہ وہ کتنے عرصے
کے بعد اولاد پیدا کیا کریں تاکہ وہ آسانی کے ساتھ بچوں کی پرورش
کر سکیں۔

(۳) ہر وضع حمل کے موقع پر عورت کو شدید تکلیف اٹھانی پڑتی ہے جس
بعد وہ کمزور اور بدصورت ہو جاتی ہے۔ اس لئے عورت کو اپنی صحت
خوبصورتی کے قائم رکھنے کا حق حاصل ہونا چاہئے۔ بعض عورتیں اس
افراط تفریط سے کام لیتی ہیں۔ بعض اولاد پیدا کرنے کے خلاف ہیں۔
حسب ضرورت اولاد پیدا کرنے کی موید۔

یورپ میں بیکاری کے بڑھ جانے سے خوف زدہ ہو کر قریباً اولاد پیدا کر
ان کو فاقہ مستوں کی صف میں شامل کرنے کے خلاف زبردست تحریک جاری ہے
لئے اولاد کو حسب ضرورت پیدا کرنا یا مناسب وقت تک روک لینے کے متعلق تدا
پیش کی جاتی ہیں۔ اور ماہرین اس مسئلہ پر کتابیں تصنیف کر رہے ہیں۔

ہمارے خیال میں اگر عورت اس حد تک کمزور ہو کہ تازہ حمل ہو جانے سے
اس کی جان کا خوف ہو تو اس صورت میں مناسب وقت تک حمل کا رک جانا بہتر
ہوتا ہے۔ اس لئے یورپ میں جو تجاویز زیر عمل ہیں۔ ان کو اس کتاب کے دوسرے
حصہ میں قواعد تحفظ حمل کے ماتحت درج کر دیا جائے گا۔

اس جگہ اسقاط حمل کا ذکر ہے جو خود بخود ضائع ہو اور اس کے لئے کسی غیر
فطرتی ذریعہ سے امداد نہ لی جائے۔

اسقاط حمل کے مندرجہ ذیل اسباب ہیں۔

سوزاک آتشک کسی شدید متعدی یا غیر متعدی مرض کا حملہ۔ ناگہانی
صدمات۔ امراض رحم۔ رحم میں رطوبت۔ گرمی یا سردی میں سے کسی کا زیادہ ہونا
حاملہ کی کمزوری کثرت مجامعت در ایام حمل۔ مسہلات یا پیشاب لانے والی یا قے
لانے والی ادویہ و اغذیہ کا استعمال۔

جن عورتوں کو اسقاط حمل کی عادت ہو ان کے متعلق طبیب کو خاص توجہ
سے تشخیص مرض کی ضرورت ہے۔ دایہ کی امداد سے اندرونی کیفیت معلوم کی جا
سکتی ہے۔ اور پھر رفع سبب سے کام لیں۔

عادتی اسقاط میں سب سے بڑا علاج حمل کے بعد عورت اور مرد کا بالکل
علیحدہ رہنا ہے۔ پیٹ پر ہلکی سی زنجیر باندھنا یا مضبوط دھاگا باندھنا بھی اسقاط
حمل کو روکتا ہے۔ بشرطیکہ عورت پر اس بات کا اثر ڈالا جائے کہ یہ زنجیر یا دھاگا کسی
بزرگ نے دیا ہے اور اس سے اسقاط حمل ہرگز ہرگز نہ ہوگا۔ ایسے دھاگے یا زنجیر کو
بیٹے گذر جانے پر کھولدینا چاہئے۔

اسقاط حمل کو روکنے کے لئے مندرجہ ذیل نسخہ جات مفید ہیں۔

(۱) برادہ دندان فیل۔ فوفل۔ گلنار۔ ابریشم مقرض ہر ایک ایک ماشہ۔ مرجان
شاخ مرجان۔ یشب۔ صدف مروارید۔ کشنیز خشک۔ عود ہندی۔ مصطگی
کباب چینی۔ تخم سرخ گل ارمنی ہر ایک ۲ ماشہ کوٹ چھان کر سہ چند کھانڈ
کے قوام میں معجون تیار کریں۔ مقدار جس ایام میں اسقاط حمل کا اندیشہ ہو اس
سے چالیس یوم قبل ۹ ماشہ لیتے رہیں۔

نسخہ حافظ الحمل برائے امرا

(۲) مروارید ناسفتہ۔ شاخ مرجان سوختہ۔ صندل سرخ۔ صندل سفید۔
طباشیر۔ مازو سبز۔ ابریشم مقرض۔ عود صلیب۔ درونج عقربی۔ بیخ انجبار
گل ارمنی ہر ایک ۹ ماشہ۔ مغز تخم تربوز۔ تخم خرفہ مقشر ہر ایک ۲۰ ماشہ
ورق طلا ۲۰ عدد۔ ورق نقرہ ۵۰ عدد ان کو ۶۰ تولہ مصری کے قوام میں
بطریق معروف معجون تیار کر کے بقدر ۹ ماشہ۔ عرق گلاب ۴ تولہ عرق
بیدمشک ۴ تولہ کے ہمراہ چالیس یوم قبل از مدت اسقاط حمل استعمال
کریں۔

(۳) بیرہ سفید ۳ ماشہ۔ طباشیر ۳ ماشہ۔ زعفران ۲ ماشہ۔ زرد برو ۴ ماشہ۔
برگ تلسی ۲ تولہ۔ چوتری ۲ تولہ۔ کتھ ۱ تولہ۔ تخم حنظل ۲ عدد۔ دھماں بوٹی
(دھمیان ر۲ ...) پاؤ ان کو کوٹ چھان کر حسب بقدر دانہ نخود تیار کر
لیں۔ اور ایک گولی تا وضع حمل کھلاتے رہیں۔ مفید و مجرب ہے۔

(۴) ایک ہومیوپیتھک نسخہ جو ایلوپیتھی کے طریق پر مستعمل ہے۔ رحم کو قوت
دیتا اور رحم کی امراض کو دور کرتا ہے۔ فاسد رطوبت کو روکتا اور حمل
کو قائم رکھتا ہے۔ یہ نسخہ بہترین اور میرا مجرب ہے۔

ہیلونیس مدر ٹنکچر HELONIAS θ ایک ڈرام
وائی برنم پرن مدر ٹنکچر VIBURN PRUM
سکٹلیریا " SCUTTELARIA
ڈائسکوریا " DIOSCOREA
ایوناسٹیوا " AVENA SAT
جلسیمم GELSEMIUM

ان کو ملا رکھیں اور اس میں ہر چار گھنٹے کے بعد دو بوند پانی میں ملا
کر پی لیا کریں۔ اسقاط حمل میں وہی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ جو وضع حمل کے
وقت اس لئے انہی تدابیر سے کام لیں جو وضع حمل میں لکھی جائیں گی۔ اسقاط
حمل کے بعد فاسد مادوں کے اخراج میں بھی ویسی ہی ادویہ دیں اور ...

اسی طرح سے کئی روز تک چارپائی پر آرام کرتے ہیں۔ جیسا کہ وضع حمل کے بعد ہوا کرتا ہے۔ اس کی خوراک وغیرہ نگہداشت الغرض ہر بات میں زچہ کے قواعد کو ملحوظ رکھیں۔

وضع حمل اور اسقاطِ حمل کی علامات

اگر کسی عورت کا حمل ضائع ہو جائے یا کوئی عورت اسقاطِ حمل کر دے تو اس کے متعلق طبیب کو قطعی علامات کا علم ہونا چاہیے۔ تاکہ وہ علامات و حالات کے مطابق صحیح رائے پیش کر سکے۔ ذیل میں اختصار کے ساتھ اس قسم کی علامات لکھی جاتی ہیں۔

نوٹ۔ اسقاطِ حمل اور وضعِ حمل کی علامات قریباً مشابہ ہوتی ہیں اس لئے یہاں دونوں کا ذکر ہوگا۔

عورت کمزور اور زرد نظر آتی ہے۔ آنکھوں کے گرد حلقے بن جاتے ہیں۔ بیمار معلوم ہوتی ہے۔ وضع حمل کے تین چار دن بعد پستان ڈھلک جاتے ہیں۔ بھٹنیاں بڑی اور ان کے گرد سیاہ ہالہ کی شکل ہوتی۔ شکم کی جلد ڈھیلی ہو جاتی ہے اور اس پر سلوٹیں پائی جاتی ہیں۔ رحم بڑھا ہوا اور سکڑا ہوا شکم کے زیریں حصے میں پایا جائے گا۔ اندام نہانی کا بیرونی حصہ متورم اور پھیلا ہوا ہوگا۔ دہانہ زیادہ کشادہ اور ڈھیلا ہوگا۔ رحم کا منہ کشادہ اور اس کی لبیں ڈھیلی ہونگی۔ رحم کے جسم کی مقدار پھیلی ہوئی ہوگی نیز وضع حمل کے ایک یا دو ہفتہ بعد تک خون آمیز یا سبزی مائل رطوبت جاری رہتی ہے

یہ بالا علامات وضع حمل یا اسقاطِ حمل کے ایک یا دو ہفتہ بعد تک مشاہدہ میں آسکتی ہیں۔ ورنہ بعد میں یہ علامتیں آہستہ آہستہ مفقود ہو جاتی ہیں

ب جنین کے ذریعے سے وضع حمل یا اسقاط حمل کی علامات۔ اگر قرار حمل کے ایک ماہ بعد جنین خارج ہو تو اس کی پہچان مشکل ہے کیونکہ وہ صرف خون کا ایک لوتھڑا ہوتا ہے۔ — جنین کے ذریعے

۲ ماہ کے جنین کی صورت ایک مٹر کے دانے کے برابر ہوتی ہے۔

۲ ماہ میں شہد کی مکھی کے برابر۔ ڈھائی تین ماہ میں خم دار اور ذرا بڑا ہوتا ہے
تیسرے ماہ بچے کا وزن ایک اونس رہ ۲ ماقولہ) ہوتا ہے۔
چوتھے ماہ میں ۵ یا ۶ انچ لمبا ہوتا ہے۔ اور تین اونس وزنی۔ اور خط و خال بن جاتے ہیں۔
پانچویں مہینے ۶ سے ۷ انچ لمبا ہوتا ہے اور ۵ سے ۸ اونس وزنی
چھٹے مہینے ۸ سے ۱۰ انچ لمبا ہوتا ہے اور آدھ سیر وزنی۔

ج اسقاط یا وضع حمل کے ذرائع۔

ذرائع — ایک تو قدرتی ہوتا ہے۔ جو سات یا نو ماہ بعد ہوتا ہے۔ دوسرے ناگہانی جو کسی قسم کی چوٹ کے لگ جانے گر پڑنے وغیرہ سے ہوتا ہے یا آتشک و چیچک ایسی مرض میں مبتلا ہو جانے سے حمل خود بخود ضائع ہو جاتا ہے۔ لیکن اگر مصنوعی ترکیبوں سے حمل ضائع کیا جائے۔ تو وہ اسقاط جرم سمجھا جاتا ہے اس کے لئے تیز زہریلی ادویہ کھلاتے ہیں۔ بعض عورتیں آلات کا استعمال کرتی ہیں تیز ادویہ رحم میں رکھتی ہیں ان چیزوں سے کبھی عورت مر بھی جاتی ہے۔ اس وقت اس کے رحم کی حالت کا معائنہ کرنے سے ضرب و زخم کی علامات دیکھی جا سکتی ہیں۔ بچہ کے جسم پر بھی ضرب و زخم کی علامات پائی جاتی ہیں۔

د کبھی بچہ پیدا ہونے کے بعد بچہ کو قتل کر دیا جاتا ہے
اس وقت نعش کا امتحان کرتے وقت مندرجہ ذیل امور کا خیال رکھنا چاہیے۔

(۱) بچہ کی لمبائی اور وزن۔ اس سے معلوم ہو سکتا ہے کہ بچہ کتنا مدت بعد پیدا ہوا۔
(۲) جسم پر کوئی خاص نشان
(۳) لاش پر قتل وغیرہ کی علامات کیا ہیں؟
(۴) ناف کاٹی گئی ہے یا نہیں؟ اگر کاٹی گئی ہے تو کس طرح! ناف کے تغیرات دیکھنے سے یہ بھی معلوم ہو سکتا ہے کہ بچہ زندہ تھا یا مردہ؟ ۳ سے ۵ دن میں یہ حصہ ناف خشک ہو کر آہستہ آہستہ گرنے لگتا ہے۔

(۵) بچہ کے پوڈوں اور بغلوں پر کس قسم کی رطوبت لگی ہوئی ہے؛ یعنی بچہ کو پیدا ہونے کے بعد غسل دیا گیا ہے یا نہیں!

(۶) لاش سے بدبو آتی ہے یا نہیں اور جلد کی رنگت تبدیل ہوئی ہے یا نہیں!

(۷) جس کاغذ یا کپڑے میں بچہ لپیٹا گیا ہو۔ اس کو محفوظ رکھیں۔ اس سے بھی مالک کا سراغ مل جاتا ہے۔

(۸) اگر بچہ کے پیٹ میں کوئی غذا پائی جائے تو اس سے ثابت ہو سکتا ہے کہ بچہ زندہ پیدا ہوا تھا۔

ذرائع

بچہ کو قتل کر دینے کے ذرائع۔

بچہ کو دم بند کر کے مار ڈالنا۔ پانی میں کپڑا بھگو کر بچہ کے منہ میں ٹھونس دیتے ہیں۔ یا گھاس وغیرہ اور بستر میں دبا رکھتے ہیں۔ اس سے چہرہ اور سر نیلا ہو جاتا ہے۔

سردی کھلا کر بچہ کو مارنا۔ کبھی بچہ کو دم لینے سے قبل ہی پانی میں غوطہ دے کر مار ڈالتے ہیں۔ اور کبھی گلا گھونٹ کر پانی میں پھینک دیتے ہیں۔

بچہ کو بھوکا مارنا۔ بچہ کو فاقہ سے مار ڈالتے ہیں۔ اور اس کا امتحان یوں ہو سکتا ہے کہ اس کے پیٹ میں کسی قسم کی غذا نہ پائی جائے گی۔

کسی ہتھیار سے مارنا۔ مقتول کے جسم کا معاینہ کرنے سے معلوم ہو سکتا ہے کہ کس ہتھیار سے کام لیا گیا تھا۔ اگر زخم زندہ بچہ کو لگایا جائے تو خون سرخ نکلے گا۔ اور مردہ بچہ پر زخم لگانے سے سیاہ رنگ کا خون نکلتا ہے۔ مندرجہ بالا تمام امور کو ہمیشہ مدِ نظر رکھنا چاہئے۔

پیدائش

بچہ کی پیدائش

وضع حمل یعنی ولادت۔ اس کو انگریزی میں پارچوریشن PARTURITION اور لیبر LABOUR کہتے ہیں۔

وضع حمل کی مدت ۲۸۰ دن ہے اور یہ مدت اس دن سے شمار کی جاتی ہے جس دن آخری حیض آیا ہو۔

حاملہ کو وضع حمل سے قبل دو قسم کی دردیں شروع ہو جاتی ہیں۔ دردِ زہ صادق اور دردِ زہ کاذب۔

دردِ زہ صادق شروع ہونے سے پیشتر سرخی ملی ہوئی رطوبت رحم سے خارج ہوتی ہے۔ یہ علامت وضع حمل سے دو چار روز قبل دیکھی جا سکتی ہے۔

دردِ زہ صادق کمر کے نیچے کے حصے اور پیڑو میں ہوتا ہے۔ اور رحم کی حرکت سکڑنے اور بند ہونے کے مطابق کبھی شروع ہو جاتا ہے اور کبھی بند ہو جاتا ہے۔ دردِ زہ کاذب لگاتار ہوتا رہتا ہے۔ اور وہ ٹھہر ٹھہر کر ایک وقفے سے نہیں ہوتا۔

دردِ زہ اصلی میں جنین پیٹ میں حرکت نہیں کرتا۔

رحم کا منہ کشادہ ہونے سے معلوم ہو جاتا ہے کہ وضع حمل ہونے والا ہے۔

زچہ کی نبض اور حرکت تنفس میں کسی قسم کا فرق نہیں ہوتا۔ یہ علامت بھی دردِ زہ صادق کی ہے۔ اگر حاملہ کی نبض تیز ہو بخار ہو تو خطرہ ہوتا ہے کہ بچہ اندر ہی مر گیا ہو۔ یا کوئی رطوبت نہ سڑنے لگی ہو۔ اگر رحم کے سکڑنے اور کھلنے کی حرکت بند ہو جائے تب بھی کچھ خرابی ہو جاتی ہے۔ ہمارا ذاتی تجربہ ہے کہ ایک عورت کے پیٹ میں بچہ مر گیا تو اس کا چہرہ فی الفور کمزور اور بے رونق سا ہو گیا آنکھوں کے گرد گہرے حلقے پڑ گئے اور سرد ہونے لگی۔ اور وہ خود نہیں جانتی تھی کہ اس کا کیا سبب ہے۔ طبیعت سخت بے چین تھی اور ایسا معلوم ہوتا تھا کہ حلق میں کچھ اٹکتا ہے۔ پیٹ میں جنین کا وزن معلوم ہوتا تھا اور [illegible]

اصلی دردِ زہ شروع ہونے سے ایک ہفتہ قبل رحم پیڑو میں اتر آتا ہے کی وجہ سے سانس لینے میں دشواری سی ہوتی ہے۔ بار بار پیشاب و پاخانہ حاجت ہوتی ہے۔

دردِ زہ کاذب عام طور پر قبض کی وجہ سے شروع ہو جاتا ہے۔ اگر کر کا جلاب دیا جائے تو یہ شکایات رفع ہو جاتی ہیں۔

سب سے اول اس امر کا فیصلہ کرنا ضروری ہے کہ عورت بچہ کہاں جن آیا اپنے سسرال میں یا ننھیال میں۔ اس کے متعلق مندرجہ ذیل امور مدِ نظر رکھ کر فیصلہ کرنا چاہیے۔

ا۔ جس جگہ قابل ہوشیار تجربہ کار اور تعلیم یافتہ دائی مل سکتی ہو اس کو ترجیح دیں۔

ب۔ حاملہ کو جس جگہ دائی کے علاوہ کوئی تیمار دار عورت میسر آ سکتی ہو۔

ج۔ مکان ہوادار اور گرم ہو۔ صاف ستھرا ہو۔ اور اس میں پانی و کا انتظام خوب ہو۔

ان امور کو مدِ نظر رکھ کر مقام کا فیصلہ کریں۔ پھر مندرجہ ذیل اس حاملہ کے کمرہ میں یا اس کے قریب مہیا رکھنے چاہئیں۔

(۱) خوب کھنچی ہوئی چارپائی (۲) گدے دار بستر اور سفید چادریں۔ کمبل جامہ تکیہ وغیرہ (۳) کوئلے جن کا دھواں کمرے سے باہر نکالا گیا ہو (۴) گرم (۵) پانی کے لئے دو برتن۔ بڑا تشت یا چھوٹا ٹب۔ چھوٹا بچہ (۶) موٹے کپڑے دھلے ہوئے چیتھڑے (۷) ایک پٹی جو بالشت بھر چوڑی اور سات گز لمبی ہو (۸) نصف درجن صاف تولیے (۹) سیفٹی پن ۳ عدد۔ دھاگہ (۱۰) موٹے مضبوط جو چھ چھ گرہ لمبے ہوں۔ نال باندھنے کے لئے (۱۱) نرم بیکن گرم کپڑا جس میں کو لپیٹا جائے گا۔ اور بچہ کے پہننے کے ڈھیلے حسب موسم کپڑے (۱۲) باریک کے چند صاف ٹکڑے (۱۳) صاف روئی (۱۴) صابون وغیرہ۔

دایہ کے پاس مندرجہ ذیل سامان ہونا چاہئے۔

(۱) پیشاب نکالنے کا آلہ (۲) حقنہ کرنے کی پچکاری (۳) قینچی (۴) ایک

ارگٹ ٹنکچر ادیم اور میٹھا تیل وغیرہ۔

عام ہدایات۔ جب درد زہ شروع ہو تو عورت کو آرام کے ساتھ لیٹنا چاہئے۔ یا آہستہ آہستہ کمرے میں ٹہلنا بھی مفید ہے۔ تھوڑا تھوڑا شیر گرم دودھ بھی پلاتے رہیں۔

صابون اور گرم پانی کی پچکاری (حقنہ) حاملہ کے رحم میں کرنا وضع حمل میں آسانی پیدا کرتا ہے۔ اور جو مواد جمع ہو کر راستہ روک رہا ہو۔ وہ دُھل جاتا ہے۔

جب درد زہ شروع ہو تو ۲ تولہ روغن بیدانجیر پلائیں۔ تاکہ معدہ صاف ہو جائے۔

دایہ کو چاہئے کہ کاربالک صابن سے اپنے ہاتھوں کو کئی دفعہ مل کر دھوئے اور ناخنوں کو صاف کرے۔ کسی قسم کی غلاظت ہاتھوں کو لگی نہ رہے۔

جب تک پوٹلی پھوٹ نہ جائے اور رحم کا منہ کافی نہ کھل جائے۔ حاملہ کو زور لگانا ضروری نہیں۔ کیونکہ نکلنے کی صرف اسی حالت میں ضرورت ہوتی ہے۔ جب وضع حمل کی پوری علامات ظاہر ہو جائیں اس وقت زچہ کو لیٹ کر زور لگانا چاہئے تاکہ ہو وضع حمل۔

جس وقت بچہ کا سر ظاہر ہو تو دایہ کو چاہئے کہ زچہ کے بدن کے پیچھے سیون کو ہاتھ سے سہارا دے۔ تاکہ سیون پر زیادہ بوجھ پڑ جانے کے سبب سے وہ پھٹ نہ جائے۔ دایہ کو ہاتھ یا پاؤں سے زچہ کو سہارا بھی دینا چاہئے یہی وقت عورت کے تھکنے کا ہوتا ہے۔ لیکن اگر سر نکلتے وقت درد زہ ہو رہا ہو تو پھر کو نکلنے کی ضرورت نہیں بلکہ منہ کھول کر معمولی طریقے سے سانس لیتی رہے۔

جس وقت بچہ کا سر نکل آئے تو دایہ کو بچہ کی گردن کے چاروں طرف انگلی سے ٹٹول کر دیکھنا چاہئے کہ نال لپٹی ہوئی ہے یا نہیں۔ اگر نال لپٹی ہوئی ہو تو اسے بچے کے سر پر سے ہٹا دینا چاہئے۔ یا بچہ کے شانہ کی طرف کر دے۔ اگر دونوں میں سے کوئی صورت نہ ہو سکے اور نال کے گلے میں لپٹنے سے بچے کے دم بند ہو جانے کا اندیشہ ہو تو نال میں دو چار انچ کے فاصلہ سے دو بند مضبوطی سے باندھیں اور ان دونوں بندوں

کے درمیان سے نال کو کاٹ دیں۔ اس سے بچے کے ساتھ نال کے باہر آ جانے کا اندیشہ بھی جاتا رہتا ہے۔

جب دایہ نال کے متعلق اپنے فرض کو ادا کر چکے تو اس کے بعد صاف ململ کے کپڑے سے بچے کے منہ اور آنکھوں کو صاف کرے۔ تاکہ تمام غلیظ آلائش دور ہو جائے۔

دایہ کو لازم ہے کہ سر کو صاف کرنے کے بعد اسے سہارا دے کر باہر نکالے جب بچہ پیدا ہو جائے تو انگلی کے ذریعہ سے بچے کے منہ کی آلائش صاف کرے تاکہ تازہ ہوا اس کے پھیپھڑوں میں داخل ہو۔

بچہ پیدا ہوتے ہی ضرور روتا ہے۔ اگر بچہ نہ روئے تو سمجھنا چاہئے کہ ضرور خرابی واقع ہوئی ہے۔ ہاتھ سے بچہ کی ہتھیلیوں پر آہستہ آہستہ رگڑیں۔ کمر کو آہستہ سے تھپ تھپا دیں۔ دونوں بازوؤں کو آہستہ آہستہ حرکت دیں۔ منہ پر سرد پانی کے چھینٹے ماریں۔ اگر ان تدابیر سے بھی بچہ نہ روئے تو اول اُسے نیم گرم پانی میں لٹائیں۔ پھر نکال کر سرد پانی میں لٹائیں۔ ان تدابیر سے بچہ رو پڑتا ہے اور سانس لینے لگتا ہے۔

پیدا ہونے کے بعد اگر نال نبض کی طرح سے تڑپ رہی ہو تو جب تک اس کی تڑپ جاتی نہ رہے اس کا کاٹنا منع ہے کیونکہ اس حالت میں خون بکثرت ضائع ہو کر بچہ کو کمزور کر دیتا ہے۔

نال کاٹنے کا طریقہ یہ ہے کہ چار پانچ مضبوط ڈورے جو مصفا پانی میں بھگوئے ہوئے ہوں۔ ان میں اول ایک ڈورہ ناف سے ایک انچ اوپر باندھیں اور دوسرا ڈورا اس سے نصف انچ اوپر۔ اور تیسرا بند نال کو زچہ کے بدن کے قریب باندھیں۔ پھر پہلے اور دوسرے بند کے درمیان سے مصفا اور تیز قینچی سے کاٹ دیں اور تمام آلائش کو صاف کر دیں۔

نال کاٹنے کے بعد بچہ کو کسی مصفا بدن انگلنے سے مل کر دھوئیں۔ پھر صابون اور نیم گرم پانی سے نہلا کر اس کا جسم آہستہ آہستہ پونچھ کر بالکل خشک کر لیں خصوصاً وہ مقامات جہاں جوڑ آپس میں ملتے ہیں۔ مثلاً چڈھے بغلیں۔ گردن کے گرد وغیرہ

صفائی وغیرہ کے بعد اس کو کپڑا میں پیٹ لیں اور مناسب لباس پہنائیں۔
بچہ کے پیدا ہونے کے بعد زچہ کے اور پروائے جننے کو زچہ کے پیٹ پر سے پکڑ کر رکھنا چاہئے۔ جوں جوں درد ہو بچہ کے پیٹ کو دوسرے ہاتھ سے آہستہ آہستہ ملیں۔ اس طریقہ سے رحم کے سکڑنے میں امداد ملتی ہے۔ بچہ پیدا ہو جانے کے بعد رحم سکڑتا ہی چلا جاتا ہے۔ اور پھر پھیلتا نہیں۔ یہ سکڑنا آہستہ آہستہ اور رک رک کر وقوع پذیر ہوتا ہے۔ اس سکڑنے کا یہ نتیجہ نکلتا ہے کہ آنول الگ ہو جاتی اور رحم سے اپنی جگہ چھوڑتی جاتی ہے۔ ورنہ یکبار کی کھینچ لینے یا کھل آنے سے لازمی طور پر خون کثرت سے خارج ہو کر زچہ کی زندگی کو خطرہ میں ڈال دیتا ہے۔ اس سکڑنے کی حالت میں بھی دردیں ہوتی ہیں AFTER PAINS یعنی بعد کی دردیں کہتے ہیں اور ان دردوں میں آنول اور جھلی خارج ہوتی ہے۔

جس وقت نال اور جھلی باہر نکالی جاتی ہے اس وقت زچہ کو پیشاب کر لینا چاہئے۔ نال اور جھلی کے خارج ہو جانے کے بعد ایک موٹے کپڑے کی پٹی بالشت بھر چوڑی جو آٹھ گز لمبی ہو پیٹ پر باندھ دینی چاہئے اس سے رحم اور پیٹ اصلی حالت پر قائم ہو جاتے ہیں۔

جب یہ کام ختم ہو جائے تو ڈرام بھر ایکسٹرکٹ ارگٹ لیکوئڈ ۴ تولہ پانی میں ملا کر زچہ کو پلائیں۔ اس سے رحم بھی سکڑتا ہے اور تمام بقیہ خراب مواد بھی خارج ہو جاتا ہے۔

ایکسٹرکٹ ارگٹ میں رحم کو سکیڑنے کی قوت ہے۔ یہ صرف اسی وقت دی جاتی ہے۔ جب بچہ فطرتی وضع پر پیدا ہو رہا ہو اور اس کا سر رحم سے باہر آ گیا ہو یا وضع حمل کے بعد جب آنول اور نال خارج ہو چکی ہو۔ اس کے سوا اور کسی وقت نہ دیں۔

حفاظت زچہ

بچہ پیدا ہونے اور نال و آنول کے خارج ہو جانے پر زچہ کی حفاظت سب سے ضروری بات ہے۔ اور اس کے لئے مندرجہ ذیل امور کو مد نظر رکھنا چاہئے
زچہ کمزور و ناتواں ہوتی ہے۔ اس لئے اس کو زیادہ چلنے پھرنے

اور سیڑھیوں پر چڑھنے سے روکنا چاہئے۔ اسے آرام چارپائی پر لٹائے رکھیں۔ کسی قسم کی تکلیف نہ ہونے دیں۔

(۲) زچہ کی خوراک زود ہضم اور مقوی ہو مگر طاقت ہضم سے زیادہ غذا نہ کھ
مثلاً دودھ، کھچڑی۔ ڈبل روٹی، چائے وغیرہ۔

(۳) رحم سے نال و آنول خارج ہو جانے کے بعد وہاں ایک زخم سا رہ جاتا جو یا تو خود بخود اچھا ہو جاتا ہے۔ یا بے احتیاطی سے بگڑ جاتا ہے۔ اس دایہ کو احتیاط کی ضرورت ہے۔ ہاتھ بھی صابن سے دھو کر استعم کرے رحم سے قریباً ۱۵ یا ۲۰ دن تک خون آمیز رطوبت خارج ہوتی ہے یہ رطوبت اس کے بعد بھی خارج ہوتی رہے تو سمجھ لیں کہ ابھی رحم کا ز اچھا نہیں ہوا۔ اگر رحم سے یہ رطوبت آنا رک جائے اور خون بستہ گر گوشت کے لوتھڑوں کی صورت اختیار کرے تو رحم سے فاسد ہوائیں کر زچہ کو دیوانہ بنا دیتی ہیں اور سخت اور شدید دردیں ہوتی ہیں۔ ا صورت میں اخراج مادہ کے لئے کوشش ہی اس کا علاج ہوتا ہے کہ دیوانگی اور بیہوشی صرف فاسد خون کے رک جانے کے باعث ہوتی ہے۔ سب سے اول رحم کے زخم کے علاج پر توجہ کریں اور دایہ اپنے صاف ہاتھوں سے ستھرے کپڑے اندر رکھے بعض جاہل عورتیں میلے کچیلے کپڑے رکھتی جن میں سے بعض میں زہریلے جراثیم وغیرہ پائے جاتے ہیں۔ اس طرح سے عورت رحم میں کئی قسم کی امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ اگر دن رات میں دو دفعہ کاربالک ملا کر نیم گرم پانی سے رحم کو دھوئیں تو اس قسم کی شکایات سے زچہ محفوظ رہ سکتی ہے

(۴) اگر نفاس یعنی وہ خون جو بچہ پیدا ہونے کے بعد کئی دن تک تھوڑا تھوڑا جاری رہتا ہے، اگر یہ خارج نہ ہو تو دیوانگی بیہوشی یا دردیں ہوتی ہیں۔ اس کے فوراً اخراج خون کا انتظام کریں۔ مندرجہ ذیل نسخہ جات اس کے لئے مجرب مفید ہیں۔

پوست املتاس ۵ ماشہ، پوست خربزہ ۹ ماشہ۔ بادیاں ۳ ماشہ، پرسیاوشاں ۵ ماشہ، عناب ۵ دانہ، گل بنفشہ ۵ ماشہ۔ ان کو تھوڑے پانی میں جوش دے۔ جب

جائے نوش کر چھان لیں۔ اور شربت بزوری یا قند سیاہ گھسنہ ملا کر صبح و
شام ایک ہفتہ تک پلائیں۔

پانی کی بجائے عرق مکو، عرق گاؤزبان، عرق بادیان ملا کر دیں۔

بعض عورتوں کو نفاس کا خون بکثرت آتا ہے۔ اس کا روکنا بھی لازمی ہے۔ یہ اس حالت میں ہوتا ہے جب رحم ٹھیک طور پر سکڑ نہ رہا ہو۔ یا کوئی [illegible] چھوٹ گئی ہو۔ نتیجۃً اس حالت میں سخت کمزور اور لاغر ہو جاتی ہے۔ اس پر غشی کی سی حالت طاری ہو جاتی ہے۔ اور بعض عورتیں مر بھی جاتی ہیں۔ اس حالت میں مریضہ کو کامل سکون سے لیٹنے کی ہدایت کریں۔ بذریعہ ڈوش سپنج رحم کو دھو ڈالیں اور پیٹ پر پٹی کو کس کر باندھیں۔ اور ۵ بوند لیکوئڈ ایکسٹریکٹ آف ارگٹ ۱ تولہ پانی میں ملا کر نصف گھنٹہ بعد دو تین بار دیں۔ برف کے پانی کی پچکاری کی۔ اگر اس سے بھی خون بند نہ ہو تو [illegible] ماشہ اور ٹنکچر سٹیل ایک ڈرام دو گلاس پانی میں ملا کر پچکاری کریں۔ بعد ازاں انار کلی، ارمنی، کہربا، دم الاخوین اور گوند [illegible] ۲ ماشہ باریک پیس کر [illegible] میں گوند کتیرا [illegible] بنا کر [illegible] میں رکھیں۔ شربت انجبار اور عرق گاؤزبان سے تھوڑا تھوڑا ۳ ماشہ دیں۔

زچہ کے کمرے میں روشنی، گرمی، سردی، موسم کے لحاظ سے ہو۔ زچہ اور بچہ کے لئے مناسب لباس اور کامل نیند کا انتظام کیا جائے۔

جب تک چھاتیوں میں اچھی طرح سے دودھ نہ آئے بچے کو چھاتیوں سے دودھ نہ پلائیں۔ ورنہ بچہ ناحق چھاتی کھینچتا ہے۔ جس سے خراش ہو کر زخم اور پھوڑا بن جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اگر زچہ کی چھاتیوں میں زائد دودھ جمع ہو جائے۔ اور اس سے تکلیف ہو رہی ہو تو آلہ کشش سے کام لیں۔ یہ ٹیوب دودھ دوہنے کی انگریزی دوا فروشوں سے مل سکتا ہے۔ اس کا انگریزی نام بریسٹ پمپ ہے۔ جہاں یہ آلہ موجود نہ ہو وہاں انگلی سے ہی آہستہ آہستہ دبا کر دودھ نکال دیا جائے۔ کبھی کثرت دودھ سے بخار بھی ہو جاتا ہے۔ جس کو دودھ بخار کہتے ہیں۔ اس بخار میں شربت عناب پلا دیں اور دودھ کا خارج کرنا ہی بہتر

علاج ہوتا ہے۔ اگر کسی حالت میں چھاتیوں کا دودھ ہی خشک کرنا مطلوب ہو یا وہ چھاتیوں میں جم کر ورم کی صورت اختیار کرے تو ٹنکچر بیلاڈونا گلسرین میں ملا کر لیپ کر دیا کریں۔ عرق مکو پلانا بھی نافع ہے۔ لیکن اگر ورم پختہ ہو جائے تو مواد کو خارج کر دینا ہی بہتر ہوتا ہے۔

زیرہ سفید کو سرکہ میں پکا کر چھاتیوں پر لیپ کرنا دودھ کو کم کر دیتا ہے۔

ننھے بچے کی پرورش

ماں کی گود بچے کی پہلی یونیورسٹی ہے اور ماں بچے کی معلم اول کہی جا سکتی ہے اگر یہ صحیح ہے کہ [illegible] "تو والدین کو دودھ پیتے بچے ہی کو اعلیٰ اصولوں کے مطابق تعلیم دینا فرض ہے۔" آپ حیران ہوں گے دودھ پیتے بچے کو کیسی تعلیم دی جا سکتی ہے لیکن اگر بچے کی عادات کو بغور دیکھا جائے تو معلوم ہو سکتا ہے کہ دودھ پینے کے زمانہ ہی سے آپ اُسے تعلیم کے حقیقی طریقے پر ڈال سکتے ہیں۔

چھوٹے بچوں کو اگر مقررہ اوقات پر دودھ پینے کی عادت ڈالی جائے مقررہ اوقات پر ان کو پیشاب پاخانہ کے لئے بٹھایا جائے تو وہ اس پر عمل کرنے لگتے ہیں۔ یا ماں بچے کو علیحدہ سونے کی عادت ڈالے تو بچہ اسے بخوشی قبول کر لیتا ہے۔

ہندوستان میں جاہل اور تعلیم یافتہ حلقوں میں لڑکی کی پرورش کا طریقہ بالکل جداگانہ ہے۔ لڑکی کی پرورش پر اس قدر توجہ نہیں کی جاتی جتنی لڑکوں کی پرورش میں کی جاتی ہے۔

پڑھے لکھے آدمی بھی اس کے متعلق پرانی لکیر کے فقیر ہیں۔ کیا یہ بات قابل شرم نہیں کہ چھوٹی لڑکیوں کو گڑیا کی طرح سے آراستہ کر کے مکان کی چار دیواری میں ایک کرسی پر بٹھا دیا جائے۔ اور اوائل عمر ہی سے اُن کی ذہنیت کو تباہ کرنے کی کوشش کی جائے۔

کیا ہم لڑکیوں کے کھلونے لڑکوں سے مختلف مہیا نہیں کرتے۔ کیا لڑکیوں کا لباس زیادہ شوخ رنگین اور ریشمی نہیں ہوتا۔ کیا لڑکیوں کے لئے سیر اور کھیل کود کے اوقات اور سامان لڑکوں کے سامان سے مختلف نہیں ہیں۔ کیا لڑکی اوائل عمر ہی سے یہ محسوس کرنے نہیں لگ جاتی کہ قدرت نے اس کو

بالکل مختلف مقاصد کے لئے پیدا کیا ہے۔

یہ صحیح ہے کہ مرد اور عورت کے فرائض کسی حد تک جداگانہ ہیں۔ لیکن اگر بچوں کی جن میں لڑکے اور لڑکیاں دونوں شامل ہیں، دس برس تک یکساں طریق سے پرورش کی جائے تو اس سے لڑکیوں کے قوای اور جسم کی پرورش بحسن وخوبی ہو سکتی ہے اور آئندہ زندگی کی کشمکش اور گھر کے انتظام اور بچوں کی نگرانی اور تربیت میں وہ زیادہ دانشمندی کا ثبوت دے سکتی ہیں۔

لڑکیوں کو اوائل عمر میں گڑیا بنا کر رکھنے سے اُسے کھلی ہوا میں آزادانہ چلنے پھرنے، کھیلنے پڑھنے اور مناظر قدرت دیکھنے کی اجازت دینے سے اُس کے ذہن اور جسم کی نشو ونما میں ترقی ہوتی ہے۔

بچوں کو اوائل عمر ہی سے فیشن کا دلدادہ بنانا ہیں۔ فیشن اگر جوانی میں انسان کی دولت اور معاشرت کا قاتل ہے تو بچپن میں اُن کی زندگی کو معرض خطر میں ڈالنے والا ہے۔ بچوں کو موسم کے لحاظ سے لباس نہ پہنانا اور خوبصورت ریشمی ملبوسات میں لپیٹ کے رکھنا انہیں بیمار کر دیتا ہے۔ بچوں کو رات کو لباس نہ پہنانا بھی امراض پیدا کرتا ہے۔ بچوں کو اپنے ساتھ سُلانا بھی مولد امراض ہے اور بارہا ایسا ہوا ہے کہ بچہ تو ننگا سو رہا ہے اور ماں نے تمام لحاف خود اوڑھا ہوا ہے۔ کبھی ماں کے نیچے دب کر بچہ مر بھی جاتا ہے یا اس کے بعض اعضاء بدنما ہو جاتے ہیں۔

بطور فیشن کے بچہ کو چائے اور قہوہ وغیرہ کی عادت ڈال دینا بھی مضر ہے۔ ان چند مثالوں سے آپ سمجھ سکتے ہیں کہ اوائل عمر ہی سے بچہ کی تربیت میں کس احتیاط اور کوشش کی ضرورت ہے۔ اس لئے اگر یہ کہا جائے کہ ماں کی گود بچہ کی پہلی یونیورسٹی ہے تو کچھ غلط نہیں۔

ننھے بچہ کی خوراک

ننھے بچے کی قدرتی خوراک اس کی ماں کا دودھ ہے۔ اس لئے جہاں تک ہو سکے ماں کا فرض ہے کہ وہ اپنے بچہ کو اپنا دودھ پلائے۔ بعض عورتیں صرف اس خیال

ہے کہ وہ کمزور ہو جائیں گی اپنے بچوں کو دودھ نہیں پلاتیں یہ بالکل غلط خیال ہے۔ لیکن اگر ماں کمزور ہو اور دودھ کم پیدا ہوتا ہو یا دودھ ناقص ہو تو اس عورت کو دایہ رکھنی چاہئے جو بچہ کو اپنا دودھ پلا سکے۔ اگر غربت وغیرہ کی وجہ سے دودھ پلانے والی عورت مہیا نہ ہو سکے تو گائے کا دودھ تیار کر کے پلائیں۔

بچہ پیدا ہونے کے چند گھنٹوں بعد ماں اپنے بچہ کو دودھ پلائے۔ دودھ پلانے سے قبل بھبنی کو نیم گرم پانی سے دھو کر صاف کر لینا چاہئے۔ اگر ململ کے باریک کپڑے کو پانی میں تر کر کے بچہ کا منہ بھی صاف کیا جائے تو بہتر ہوگا۔

اگر وضع حمل سے چند یوم قبل پستانوں کو شراب اور پانی سے (شراب ۲ چمچہ اور پانی ۲ چمچہ) دھویا کریں تو عورت امراض پستان سے محفوظ رہے گی بعض عورتوں کو دودھ پوری مقدار میں نہیں اترتا۔ اس سے گھبرانے کی ضرورت نہیں دودھ آہستہ آہستہ اترنے لگتا ہے۔

سب سے بڑی مشکل دودھ نہ پیدا ہونے اور دودھ پلانے والی عورت کے مہیا نہ ہونے کی صورت میں پیش آتی ہے اس وقت سوائے اس کے اور کوئی چارہ نہیں کہ مصنوعی طریقے سے دودھ تیار کیا جاوے۔

عام گھروں میں بچوں کو دودھ میں سونف ملا کر پلاتے ہیں۔ یہ طریقہ غلط اور مضر صحت ہے۔ اس لئے جدید کیمیاوی طریقے سے بچہ کے لئے مصنوعی دودھ تیار کرنا چاہئے جن کی ترکیبیں ذیل میں درج کی جاتی ہیں۔

مصنوعی دودھ تیار کرنے کی کیمیاوی ترکیب

دودھ بنانے کا نہایت مفید اور ارزاں طریقہ

پہلا اور دوسرا ہفتہ

دودھ	ایک چمچہ
پانی	۳ ؍
بالائی	نصف چمچہ
چونے کا پانی	ایک چمچہ

تیسرا اور چوتھا ہفتہ

دودھ	ایک چمچہ
پانی	۲ ؍
چونے کا پانی	ایک چمچہ
کھانڈ	نصف سے ایک چمچہ

کھانڈ	نصف چمچہ

اس مجموعہ کا نصف ایک خوراک ہے ہر دو گھنٹہ بعد بچہ کو پلائیں

اس مجموعہ کا وزن ۷ اونس ۵ تولہ ہوگا اور خوراک ۱/۲ اونس سے بڑھا کر ۱ اونس تک لے جائیں۔ ہر دو گھنٹہ بعد خوراک دیں

چونے کا پانی۔ ایک تولہ چونا کو آدھ سیر پانی میں حل کریں چونا ان بجھا ہو جب چونا پانی کے نیچے بیٹھ جائے تو پانی کو نتھار کر کپڑے میں چھان لیں یہ چونے کا پانی ہے۔

پانچواں اور چھٹا ہفتہ

دودھ	۲ چمچہ
پانی	۳ ؍
چونے کا پانی	۱ ؍
بالائی	۱ ؍
کھانڈ	ایک چمچہ

اس مجموعہ کا وزن ۴ اونس ۱/۲ ۱ تولہ ہوگا۔ اور خوراک ۲ سے ۱/۲ ۲ تولہ تک ہے۔

ساتواں اور آٹھواں ہفتہ

دودھ	۲ چمچہ
پانی	۳ ؍
چونے کا پانی	۱ ؍
بالائی	۱ ؍
کھانڈ	۱ ؍

اس مجموعہ کا وزن ۴ اونس ۱ تولہ ہوگا خوراک ۱ تولہ سے بڑھا کر ۲ تولہ تک ہر دو گھنٹہ بعد دیں

نویں ہفتہ سے اکیسویں ہفتہ تک

دودھ	۳ چمچہ بھر
جو کا پانی	۳ چمچہ بھر
چونے کا پانی	۱ ؍
بالائی	۱ ؍
کھانڈ	۱ ؍

اس مجموعہ کا وزن ۴ اونس ہوگا خوراک ۳ سے ۴ اونس۔

اکیسویں ہفتہ سے اٹھائیسویں ہفتہ تک

دودھ	۴ چمچہ
چونے کا پانی	۱ ؍
جو کا پانی	۲ ؍
بالائی	۱ ؍

مصری عورت

برمی عورت

سال کے آخری چار مہینے

دودھ ۸ چمچہ۔ جَو کا پانی ۸ چمچہ۔ چونے کا پانی ۱ چمچہ۔ بالائی ۱ چمچہ۔ کھانڈ ۱ چمچہ۔ کل وزن ۱۰ اونس ۱۰۰ آور خوراک ۷ سے ۱۰ اونس۔

نوٹ :-

۴ چائے کا چمچہ برابر ہے ایک میز کا چمچہ

دو میز کا چمچہ	۱/۲ تولہ	سیال چیز
میز کا ایک چمچہ		ٹھوس چیز

دودھ تیار کرنے کی ترکیب

ہر ایک چیز کو بخوبی ملا کر حل کریں۔ اور پھر چونے کا پانی ملائیں۔ اس کے بعد ۱۰ منٹ تک آگ پر پکائیں۔ بعد میں کپڑے میں چھان لیں۔

ایک ہی وقت میں تین بار کی خوراک تیار کی جا سکتی ہے۔

عام طور پر یہ وزن بہتر ہوگا

دودھ ایک چھٹانک۔ پانی کا ۱ چھٹانک جَو کے کا پانی۔ ایک چھٹانک۔ کھانڈ نصف چھٹانک۔

سب کو ملا کر اس قدر پکائیں کہ دودھ ذرا اچھلا جائے۔ پھر چھان کر حسب ضرورت دودھ سے نیم گرم حالت میں بوتل میں ڈالیں اور بچہ کو ہر دو گھنٹہ کے بعد پلا دیا کریں۔ یہ ترکیب ابتدائی تین ہفتوں میں کارآمد ہوتی ہے۔ اس دودھ کا رنگ ذرا سرخی مائل ہو جاتا ہے۔

گرم دودھ کو انگیٹھی سے اٹھا کر سرد پانی میں رکھیں۔ اس سے دودھ سرد ہو جائیگا اور خراب نہ ہوگا۔

دودھ تیار کرتے وقت تمام برتن صاف ہوں ہاتھ صاف ہوں۔ کسی چیز کو ہاتھ نہ لگائیں چمچے سے لیں۔

بچہ کا غسل

بچے کے غسل کے لئے موسم کے لحاظ سے پانی تیار کریں۔ سخت سردیوں میں ایسا گرم جو ہاتھ کو ناگوار معلوم نہ ہو۔ اور گرمیوں میں سرد پانی ہو۔ پانی میں اگر ایک چٹکی بورک ایسڈ کی ملائیں تو وہ جسم کو تمام جلدی امراض سے بچائے گا۔ ماں چارپائی یا کرسی پر بیٹھ جائے اور سامنے ایک سٹول یا چھوٹی چارپائی پر ایک ٹب رکھیں جس میں پانی ہو تو اس میں بچہ کو بٹھا کر سپنج سے جسم کو آہستہ آہستہ ملیں۔ صابن، تولیہ، پوڈر وغیرہ قریب ہی ہونے چاہئیں۔ صابن مل کر نہلائیں۔ پھر بچہ کو نکال کر تولیہ سے صاف کر کے خشک کپڑا میں لپیٹ دیں۔ اگر پوڈر استعمال کرنے کی قدرت حاصل ہو۔ تو بچہ کو لگانا بہتر ہے۔ لباس موسم کے لحاظ سے ہونا چاہئے لیکن ڈھیلا ہونا چاہئے۔ چست لباس بچہ کو کمزور اور بیمار کر دیتا ہے۔

اکثر بچے غسل کے بعد سو جاتے ہیں۔ اسی لئے مائیں اپنے بچوں کو دن میں کئی دفعہ غسل دیتی ہیں۔ تاکہ وہ آرام سو جائیں۔ بعض کاہل اور جاہل مائیں سردی میں بچہ کو کئی کئی دن غسل نہیں دیتیں۔ اس سے بچہ کی تھکاوٹ دور نہیں ہوتی اور وہ بیمار ہو جاتا ہے۔

بچہ کی خوراک

بچہ کو دودھ اگر مصنوعی استعمال کرانا ہو تو ہمیشہ نیم گرم دیں۔ اور مقررہ اوقات پر بچہ کو دودھ پلانا اُسے تمام امراض سے محفوظ رکھتا ہے۔ خاص مصنوعی دودھ پلانے میں بعض مائیں بچہ کو بُری عادت ڈال دیتی ہیں جس وقت بچہ رویا اس کو دودھ پلا کر خاموش کر دیتی ہیں۔ حالانکہ بچہ کا رونا ہی عام طور پر بدہضمی کی وجہ سے ہوتا ہے جو خوراک بخوبی ہضم نہ کرنے کا نتیجہ ہے۔ اس طرح سے ماں دودھ پلا کر بچہ خاموش تو کر لیتی ہے لیکن اس کی اصلی تکلیف میں اور اضافہ کر دیتی ہے بچہ کی صحت اور تندرستی کا دارومدار اس کے ہضم پر موقوف ہے۔ اس لئے بچہ کو اُس کی عمر کے سال اول میں صرف دودھ ہی دینا چاہئے۔ بعض عورتیں گھی کی روٹی خطائیاں اور دوسری چیزیں اُس کے ہاتھ میں دیتی ہیں جنہیں بچہ کھاتا رہتا ہے یہ مائیں اپنے بچہ کی صحت اور تندرستی کی دشمن ہیں۔

ماں کو ایسی صالح غذا کھانی چاہئے جو عمدہ دودھ پیدا کرے تاکہ بچہ تندرست و توانا ہو۔ اگر ماں کے دودھ کے علاوہ تازہ گائے کا دودھ بھی نہ مل سکے تو ولایتی ڈبوں کا دودھ استعمال کرائیں۔ ہر روز نیا ڈبہ کھولنا چاہئے۔ اس میں سے ایک حصہ دودھ کو ۱۰ حصہ پانی میں حل کریں۔ اور نیم گرم دیں۔ اگر بچہ ۲ ماہ سے بڑا ہو تو ایک حصہ دودھ میں ۸ حصہ پانی ملانا چاہئے۔ ایک سال کے بچے کو پتلی سی کھچڑی، دودھ ڈبل روٹی وغیرہ بھی دے سکتے ہیں۔ لیکن کوئی ثقیل چیز نہ دیں۔

نیند

اپنی عمر کے ابتدائی ہفتوں میں بچہ ایک دودھ پینے کے وقت سے دوسرے دودھ پینے کے وقت تک سوتا رہتا ہے۔ تین ماہ کی عمر میں بچہ صبح سے گروں اور شام کو چھ بجے رات تک جاگتا رہتا ہے۔

بچہ کو سونے کے واسطے چارپائی یا پنگوڑا بہتر ہے۔ گدیلا نرم ہو۔ روشنی اور تازہ ہوا کا انتظام ہو۔ پنگوڑا اس قدر بڑا ہو کہ بچہ اس میں بآسانی لیٹ سکے۔

ننھے بچے کی نبض

ننھے بچے کی نبض ۱۲۰ مرتبہ حرکت کرتی ہے۔ دوسرے سال کے آخر تک فی منٹ یہی رفتار قائم رہتی ہے۔ جوانی میں ۷۵ مرتبہ فی منٹ۔

بچہ کی نشوونما جانچنے کا صحیح طریقہ

بچہ کی نشوونما جانچنے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ بچے کو ہر ہفتہ وزن کیا جائے ذیل میں ایک ایسا نقشہ دیا جاتا ہے جس سے یہ نشوونما معلوم ہو سکتی ہے۔

پہلے سے تیسرے ہفتہ تک	وزن	۸ سے ۱۰ پونڈ
تیسرے سے چھٹے	"	۹ " ۱۱ "
چھٹے سے آٹھویں	"	۱۱ " ۱۳ "
آٹھویں سے تیرھویں	"	۱۲ " ۱۴ "
تیرھویں سے پندرھویں	"	۱۳ " ۱۴ "

نوٹ: پہلے ہفتہ میں بچہ کا وزن قدرے کم ہوتا ہے۔ پھر دو مہینوں میں بچہ ۵½ اونس ہفتہ وار کے حساب سے بڑھتا ہے۔ تیسرے اور چوتھے مہینہ میں ۴½ اونس

ہفتہ وار کے حساب سے۔ پانچویں اور چھٹے ہفتہ میں ۳½ اونس ہفتہ وار۔ پھر بچہ کا وزن بڑی تھوڑی مقدار میں بڑھتا ہے۔ مثلاً پہلے مہینہ میں اگر ۷ پونڈ ہو تو بارھویں میں صرف ۲۰ پونڈ۔ دو سال کے بعد صرف ۲۰ پونڈ۔ تین سال کے بعد ۳۶ پونڈ۔ ۴ سال کے بعد ۴۰ پونڈ۔ ۵ سال کے بعد ۴۴ پونڈ۔

چھ ماہ کا بچہ اپنی پیدائش کے وقت سے دوگنا ہوتا ہے۔ پیدائش کے وقت بچہ کا وزن ۷ پونڈ سے ۱۰ پونڈ تک ہوتا ہے۔ بچہ کی صحت اور تندرستی کا امتحان کرنے کے لئے بچہ کا وزن کرنا ہی ضروری ترین اور اہم نکتہ ہے۔ اور ہر شخص کو اسے خیال رکھنا چاہئے۔ بچہ کو تولنے کا کانٹا بازار سے مل سکتا ہے جس سے آپ معلوم کر سکتے ہیں کہ بچہ ترقی کر رہا ہے یا تنزل۔

نوٹ: ۱ پونڈ ۷½ چھٹانک اونس ۲½ تولہ کے برابر ہوتا ہے۔

بچہ کو گھر سے باہر لیجانا مضر ہے یا نہیں

چھ ماہ تک بچہ کو گھر سے باہر نہیں لے جانا چاہئے۔ بعض عورتیں بچہ کو عجیب طریقہ سے اچھالتی ہیں۔ اس سے بچہ کے اعضاء بیڈول ہو جاتے ہیں۔ ۶ ماہ تک بچہ جس قدر لیٹا رہے۔ اسی قدر تندرست رہتا ہے وہ خود ہاتھ پاؤں ہلا کر بضرورت ورزش کر لیتا ہے۔ ساتویں مہینے بچہ زمین پر گھسٹنا شروع کرتا ہے۔ اس وقت جب کہ تیز ہوا نہ چل رہی ہو یا تیز دھوپ نہ ہو تو بچہ کو باہر لے جا سکتے ہیں جب بچہ فرش پر چلنے کی کوشش کرنے لگے تو اس کے راستے سے ہر خطرناک چیز اٹھا لینی چاہئے۔ مثلاً شیشیاں، چھری، قینچی، سوئی۔ پھلوں کی گٹھلیاں اور ہر چیز اوپر اٹھا کر بچہ کے منہ میں ڈال لینے کا خطرہ ہو۔ کوئی ایسی چیز بچہ کے ہاتھ میں نہ دیں جسے وہ منہ میں ڈال کر سب کو پریشان کرے یا اپنی زندگی اور صحت کو نقصان پہنچائے۔

ایک سال کا بچہ کسی چیز کا سہارا لے کر کھڑا ہو جاتا ہے اور چلنے کی کوشش کرتا ہے۔ بعض بچے ۹ ماہ کی عمر میں ہی چلنے لگتے ہیں۔ لیکن عام طور پر ۱۸ ماہ کی عمر میں بچہ بخوبی چلنے لگتا ہے۔ اگر ۱½ سال تک بچہ چلنے پھرنے نہ لگے تو کسی

ڈاکٹر سے مشورہ لینا چاہئے۔

بچہ کا دانت نکالنا

پہلے سال کا سب سے اہم واقعہ بچہ کا دانت نکالنا ہوتا ہے چوتھے یا پانچویں مہینے دانت نکلنے کی علامات ظاہر ہوتی ہیں اور عام طور پر ساتویں یا آٹھویں مہینے دانت ظاہر ہوتے ہیں یہاں تک ۲½ سال کی عمر میں پورے ۲۰ دانت نکل آتے ہیں۔ انہیں دودھ والے دانت کہتے ہیں۔

دانت نکلتے وقت صرف دو تین دن تک بچہ مضطرب اور بے چین معلوم ہوتا ہے۔ مسوڑھے سرخ ہو جاتے ہیں۔ ہاتھ لگانے سے نرم معلوم ہوتے ہیں اور بچہ ان میں درد محسوس کرتا ہے۔ لیکن سب سے بڑی تکلیف قبض یا اسہال سے ہوتی ہے بچہ دودھ کم پیتا ہے۔ اس لئے اس کو جبراً زیادہ خوراک نہ دیں۔ ساتویں یا آٹھویں مہینے دو نیچے والے دانت نکلتے ہیں۔ اوپر کے چار دانت آٹھویں یا دسویں مہینے۔

دانت نکالنے کے ایام میں اگر بچہ کو قبض ہو تو اُسے ایک ڈرام کیسٹر آئیل دیں۔ ذرا سا سہاگہ بقدرے نمک ملا کر دن میں دو تین بار مسوڑھوں پر لگایا کریں۔ ربڑ کی چوسنی گلے میں ڈالیں تاکہ اُسے بچہ چوستا رہے۔ بعض اوقات مسوڑھوں کے سخت ہونے پر ڈاکٹر سے شگاف بھی دلوایا جاتا ہے۔

اگر بچہ کمزور ہو تو اُسے سیلز فوڈ دیں۔ یہ ایک انگریزی پیٹنٹ غذا ہے، جو انگریزی دوا فروش سے مل سکتی ہے۔

بچہ کی ورزش

بچہ کو کسی خاص ورزش کی ضرورت نہیں۔ اُن کا اٹھنا بیٹھنا، لیٹنا، دوڑنا، بولنا، چلانا، رونا گانا اور ہاتھ پاؤں مارنا یہ سب ورزش میں داخل ہیں اس لئے ان کے لئے کسی خاص قسم کی ورزش درکار نہیں۔

البتہ چند باتوں کا خیال رکھنا چاہئے اور وہ یہ ہیں کہ بچہ ہمیشہ ناک سے سانس لے۔ اُسے ہمیشہ ناک سے سانس لینے اور منہ بند رکھنے کی عادت ڈالیں۔ اُسے

سر اونچا کر کے چلنے اور دوڑنے کی ہدایت کریں۔ اور سر جھکا کر بیٹھنے سے بھی منع کریں۔

بچہ کا لباس

بچہ کا لباس موسم کے لحاظ سے ہو۔ لیکن ڈھیلا ہونا چاہئے۔ بعض عورتیں یا تو تنگ رکھتی ہیں یا حد سے زیادہ بوجھ لاد دیتی ہیں۔ یہ دونوں باتیں مضر ہیں۔

خیال رکھیں کہ لباس بھیگا ہوا نہ ہو۔ اگر بچہ پیشاب سے لباس کو خراب کر دے تو فوراً بدل دیں۔ بچوں کو جرابیں پہنائے رکھیں کیونکہ پاؤں کا گرم رکھنا ضروری ہے۔

اِمراضُ الاطفال

اِمراضُ الاطفال

بچوں کے معالج کا فرض ہے کہ پرہیز کو علاج پر مقدم ٹھہرائے۔ بچہ کی غذا و لباس کے متعلق مناسب تبدیلیاں کر دینے اور اس کی ماں کو پرہیز کرانے سے بچہ کی امراض دور ہو جاتی ہیں۔ اگر علاج کی ضرورت بھی ہو تو زیادہ تیز ادویات سے احتراز کیا جائے اور صرف معتدل ادویات سے کام لیں۔

ننھے بچے اپنی تکالیف خود نہیں بتا سکتے۔ اس لئے بچہ کی بیماری کا اندازہ اس کی ظاہری حالت ہی سے لگانا پڑتا ہے۔ بچہ روتا ہے بگڑتا ہے۔ اور دن بدن کمزور ہوتا چلا جاتا ہے۔ ذیل میں بچوں کی امراض کو شناخت کرنے کے چند اصول بتلائے جاتے ہیں۔

(۱) درد پسلی میں بچہ کھانستے وقت درد محسوس کر کے روتا ہے۔ اور تنگیٔ نفس کی علامات بھی پائی جاتی ہیں۔

(۲) اگر بچہ کو بخار ہو۔ سانس جلد جلد لیتا ہو۔ اور ناک کے نتھنے سانس لیتے وقت پھولتے ہوں تو اسے نمونیا (ذات الجنب) کا مرض ہوتا ہے۔

(۳) اگر بچہ کی زبان میلی ہو تو اُسے قبض اور بدہضمی ہو گی

(۴) اگر بچہ کے منہ سے پانی بہت نکلے خصوصاً سوتے وقت۔ اور خواب میں دانت پیسے ناک کھجائے تو اس کے پیٹ میں کیڑے ہیں۔

(۵) اگر بچہ کی زبان میلی ہو اور اسے بار بار پتلے اسہال آتے ہوں تو اُسے مسہل کی ضرورت ہے۔

(۶) اگر بچہ سر مارے اور کان کھجائے تو اُسے کوئی سر کا مرض ہو گا۔

بچوں کی ۹۵ فیصدی بیماریاں قبض سے پیدا ہوتی ہیں۔ پس دو ایک چمچہ چائے کا کیسٹر آئیل دینے سے بچہ کو آرام ہو جاتا ہے۔

بہت سے جاہل آدمی چھوٹے بچوں کا علاج جادو اور تعویذوں سے کراتے
ہیں۔ اور یہ نہیں سمجھتے کہ خدا نے امراض کا علاج ادویات سے بتلایا ہے۔ اگر کبھی
جادو تعویذ سے آرام ہو جائے (جو غذا کی تبدیلی وغیرہ سے ہو جاتا ہے) تو لوگوں کا
اعتقاد بڑھتا ہے۔ اور وہ ہمیشہ ایسے جہلا پر ایمان لاکر اپنے بچوں کی زندگیاں
تباہ کرا لیتے ہیں۔ پس علاج معالجہ ہمیشہ ادویات سے کرانا چاہیے۔

ہندوستان میں بچوں کے جداگانہ معالج نہیں ہیں۔ کچھ عرصے سے
ہومیوپیتھک سلسلہ علاج کے ترویج پانے سے لوگ کبھی کبھی ہومیوپیتھک ادویات
سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔ لیکن ہندوستان کی ۹۵ فی صدی آبادی عطاروں
کے ہاتھوں میں گرفتار ہے۔ ان کی دکانوں پر عورتوں اور بچوں کی ایک بھیڑ
جمع رہتی ہے ان کے سامنے دس بارہ ڈبوں میں مختلف ادویات ہوتی ہیں
کسی میں سناء کی، کسی میں جلاپا، کسی میں سوڈا بائیکارب۔ کسی میں گلاب کے
پھول باریک شدہ، کسی میں بنفشہ۔ کسی میں مصطگی باریک شدہ وغیرہ۔ اور
انہی دس بیس ادویات پر ان کی طبابت کا دار و مدار ہوتا ہے۔ یا
حسب ضرورت عرق۔ شربت اور کبھی عناب و سپستان کا جوشاندہ بھی ساتھ
دیتے ہیں۔ چونکہ بچوں کی امراض معمولی سی ادویات سے دور ہو جاتی ہیں۔ اس
لئے اکثر بچے تندرست ہو جاتے ہیں۔ لیکن بعض بچے جو پیچیدہ امراض میں مبتلا
ہوں۔ یا جن کی امراض کی وہ تشخیص نہ کر سکیں وہ ان کے علاج سے رہ جاتے
ہیں۔ ام الصبیان، صرع الاطفال، ڈبہ، انفنٹیا، دق الاطفال، یرقان، عطاش
موتی جھرہ، پیچش، چیچک، خسرہ اور ہیضہ کی امراض کے علاج میں ان عطائیوں
کو اکثر ناکامی ہوتی ہے۔ البتہ کھانسی، قبض، اسہال، دودھ پھینکنا، بدہضمی
وغیرہ معمولی معمولی امراض کا علاج کر لیتے ہیں۔ پس لوگوں کا فرض ہے کہ وہ
عطائیوں اور عطاروں کے پاس اپنے بچوں کو نہ بھیجیں۔ بلکہ ہمیشہ تجربہ کار اور لائق
حکیموں اور ڈاکٹروں سے علاج کرایا کریں۔

ذیل میں بچوں کی خاص خاص امراض ان کی علامات اور معالجات
درج کیے جاتے ہیں۔

(۱) خسرہ۔ اس کو طبی اصطلاح میں حصبہ اور انگریزی میں میزلز
(MEASLES) کہتے ہیں۔ یہ ایک متعدی (چھوت دار) مرض ہے
ابتداء میں نزلہ و زکام کی شکایت ہوتی ہے۔ خسرہ دو قسم کا ہوتا ہے
خفیف اور شدید۔ خفیف خسرہ میں بخار کا درجہ حرارت ۱۰۱ و ۱۰۲ تک
ہوتا ہے۔ زکام، چھینکیں، حلق کی سرخی، کھانسی، تیزی تنفس، بکا
وغیرہ کی شکایت پائی جاتی ہیں۔ ان علامات کے ساتھ پانچویں یا
چھٹے دن دانہ خشخاش کے برابر دانے آپس میں مل کر دھبے سے
بن جاتے ہیں۔ ان دانوں کی رنگت مختلف ہوتی ہے۔ سرخ،
گلابی اور سیاہ۔

ساتویں آٹھویں دن یہ دانے مرجھا جاتے ہیں۔ شدید خسرہ کا حملہ ابتدا
ہی سے تیز ہوتا ہے۔ دانوں کا رنگ گہرا سرخ یا سیاہ ہوتا ہے
منہ کے اندر سفید رنگ کے داغ پائے جاتے ہیں۔ کبھی حلق سے خون
آنے لگتا ہے اور مریض بیہوش رہتا ہے۔

بچہ کو کسی محفوظ کمرہ میں رکھیں۔ جہاں سرد ہوا کا گذر نہ ہو۔ اگر بچہ کو قبض ہو تو تھوڑا
سا کسٹر آئل دے دیں۔ بچہ کو جَو کا پانی تیار کر کے پلائیں۔ دودھ بھی دے سکتے
ہیں۔ آنکھوں کو بورک لوشن سے دھویا کریں۔ خمیرہ مروارید ۳ ماشہ ہمراہ شربت
عناب خاکشی چھڑک کر پلائیں۔ اگر کھانسی شدید ہو تو شربت بنفشہ و شربت
زوفا ملا کر دیں۔ باقی معالجات طبی کتب میں دیکھیں۔

(۲) چیچک۔ طبی اصطلاح میں جدری اور انگریزی میں SMALL POX
کہتے ہیں۔ یہ بھی ایک متعدی مرض ہے۔ یہ مرض عمر بھر میں صرف ایک
بار ہوتا ہے۔ یہاں تک کہ ماں کے پیٹ میں بھی ہو جاتا ہے۔ اس مرض
میں بخار کے ساتھ جسم پر دانے نکل آتے ہیں۔ حرارت بخار ۱۰۴ اور ۱۰۵ تک ہوتی
ہے۔ زبان میلی اور عام بےچینی پائی جاتی ہے۔ تیسرے روز جسم پر دانے
نکل آتے ہیں۔ جن میں چوتھے دن رطوبت بھر جاتی ہے۔ اور آٹھویں دن
پیپ پڑ جاتی ہے۔ دسویں اور گیارھویں دن دانے مرجھا جاتے ہیں۔ عام

طور پر بیسیوں دن وانے کھرنڈ بن کر اتر جاتے ہیں۔

اس مرض کا حملہ اگر ہلکا ہو تو مریض بچ جاتا ہے لیکن مہلک حملہ میں اکثر موت واقع ہو جاتی ہے۔ جہلا اس مرض میں علاج کرنا گناہ سمجھتے ہیں۔ حالانکہ جب چیچک کا ٹیکہ ایجاد نہ ہوا تھا۔ تو ہر سال بہت سے آدمی اس مرض سے مر جاتے تھے۔ لیکن اب اموات میں بہت کمی واقع ہو گئی ہے اور بہت سے آدمیوں کو اب عمر بھر چیچک نہیں نکلتی۔ ٹیکہ کرانے کے یہ فوائد ہر جگہ تسلیم کئے جاتے ہیں۔ اس لئے بچوں کو ٹیکہ کرا لینا ان کو ایک بڑی مرض کے حملہ سے محفوظ کر لینا ہے

جن ایام میں چیچک کا مرض پھیل رہا ہو۔ یا بچہ کو چیچک نکل آئے تو ان بھنے موتی دس عدد کھلائیں۔ اس مرض میں عناب۔ نیلوفر۔ شاہترہ۔ گل۔ بہدانہ وغیرہ کا استعمال مفید ہے۔ معالجات کے لئے طبیب سے رجوع کریں۔ یا طبی کتب ملاحظہ ہوں۔

ایک مرض کاکڑا کاکڑا بھی ہوتی ہے۔ اس کو جدری کاذب اور چکن پکس بھی کہتے ہیں۔ اس میں بھی دانے نکلتے اور ان میں پیپ بھرتی ہے۔ اور بخار بھی ساتھ ساتھ ہوتا ہے۔ چیچک اور اس کا فرق معلوم کر لینا ضروری ہے چیچک کے دانے ۴۸ گھنٹوں بعد ظاہر ہوتے ہیں اور اس کے ۲۴ گھنٹہ بعد۔ چیچک میں دانوں کے اندر رطوبت ۵ دن کے بعد بھرتی ہے اور چکن پاکس میں ایک دن رات کے اندر اندر رطوبت بھر جاتی ہے۔ اس مرض میں شربت کیوڑہ۔ شربت عناب شربت نیلوفر ملا کر دینا کافی ہے۔

(۳) **گلسوے۔** ان کو انگریزی میں (MUMPS) کہتے ہیں۔ یہ مرض بھی بچوں کو اکثر ستاتا ہے۔ اس مرض میں کان کے پیچھے کا غدود متورم ہو جاتا ہے۔ اور بخار بھی ہوتا ہے۔ یہ مرض بھی متعدی ہے۔ زبان میں بھی درد اور لعاب دہن بکثرت خارج ہوتا ہے

بچہ کو مصفی خون ادویہ پلائیں اور مقام ورم پر پھٹکڑی سرخ گیرو پانی میں حل کر کے اس میں جدوار خطائی رگڑ کر دن میں تین بار لیپ کریں ایک ہفتہ کے اندر آرام ہو جاتا ہے۔ ویسے دیئے آئرن آئیوڈائیڈ پوٹاشیم تین تین گرین دن میں تین بار دیں۔

(۴) **کالی کھانسی** طبی اصطلاح میں سعال دیکی اور انگریزی میں WHOOPING COUGH ہوپنگ کف کہتے ہیں۔ یہ بھی متعدی مرض ہے۔ اور عام طور پر بچوں کو ۲ سے ۱۰ برس تک کی عمر میں ہوتا ہے کھانسی کا دورہ شدید ہوتا ہے۔ بچہ کھانستے کھانستے سرخ ہو جاتا ہے اور کبھی سانس رک جاتا ہے۔ کبھی قے ہو جاتی ہے۔ دن میں کبھی یہ دورہ بار بار ہوتا ہے اور کبھی دیر دیر کے بعد۔

اس مرض میں بچہ کو دودھ اور شوربا غذا دیں۔ کبھی برانڈی ۱۰ سے ۲۰ بوند تک پانی میں ملا کر پلائیں۔ حسب عمر اول ہلکا مسہل دیں۔ پھر دیسی یا انگریزی ادویہ

ہم نے کالی کھانسی کے مریضوں کا بہت دفعہ علاج کیا ہے اور تمام دیسی و انگریزی رائج الوقت ادویہ میں کوکونٹ آئل روغن نارجیل اصلی کو مفید پایا۔ دن میں تین بار چائے کا چھوٹا چمچہ بھر ایک سال کے بچہ کو پلانا ایک ہفتہ میں مرض کو دور کر دیتا ہے۔

(۵) **بدہضمی:** بچوں کی بدہضمی کا علاج۔ مقررہ اوقات پر بچہ کو دودھ پلانا اسے کثرت خوری سے روکنا۔ روٹی، گوشت۔ کچے پھل۔ اور اسی قسم کی اشیاء ثقیل سے پرہیز کرانا ہی علاج ہے۔ اس کے بعد اگر علاج کی ضرورت ہو تو کیسٹر آئل کا ہلکا سا جلاب دیں۔

بدہضمی کے لئے یہ انگریزی نسخہ بچوں کے لئے بہت مفید ہے۔

سفوف رہبراب	ایک	اونس
جنجر	½	"
کاربونیٹ آف میگنیشیا	۲	"

سب کو ملا کر سفوف سا بنا لیں اور محفوظ رکھیں۔ اس میں سے دو سے تین سال کی عمر کے بچہ کو دس سے بارہ گرین (۵ رتی) ایک چمچہ بھر پانی میں حل کر کے شام کو پلائیں اور صبح کیسٹر آئل کا جلاب دیں۔ عام طور پر ۳ سے ۴ رتی تک روزانہ دینا مفید ہوتا ہے۔ بدہضمی دور ہو جاتی ہے اور معدہ کی جلن بھی رفع ہو جاتی ہے جو ان

ہی نصف چمچہ سفوف پانی میں حل کر کے پلا سکتے ہیں۔

اسہال و ہیضہ ۔ اسہال و ہیضہ میں یہ نسخہ مفید ہے۔

ٹنکچر آف جنجر | ڈرام
سپرٹ امونیا ایرومیٹک | " } ان کو ملا دیں
سپرٹ آف نائٹرس ایتھر | "

ایک بچہ کو تین سے چار بوند فی خوراک | دن میں ۳ مرتبہ
ال " " ۶ " " | " ۴ "
" " ۱۰ " ۱۲ | " ۵ "

اسہال و کھانسی ۔ اسہال و کھانسی میں یہ نسخہ دیں

کیپر نڈ اپیکاک پوڈر | ۲ گرین } ملائیں
گوندمین | " ۱ |

یہ دو سال کے بچہ کی خوراک ہے۔ ایک پڑیہ صبح اور ایک شام۔ ایک سال کے بچہ کو اس سے نصف دیں۔

ہزال الاطفال ۔ اس کو سوکھا کہتے ہیں بچہ دن بدن سوکھتا چلا جاتا ہے کھانسی اسہال پیچش اور بدہضمی کی علامات ظاہر ہوجاتی ہیں۔ اس مرض کی پہچان یہ ہے کہ بچہ کے کان کی لو ایسی بے حس ہو جاتی ہے کہ کتنا ہی دبائیں بچہ محسوس نہیں کرتا۔

بچہ کی غذا کا بہترین انتظام کریں بچھو بوٹی جہاں پر گنٹھا پڑ گیا ہو ملیں اور عدد بادام ۲ ماشہ خشخاش گھوٹ کر ذرا سا مکھن ملا کر کھلا دیں۔

پینے کو یہ نسخہ دیں۔ عود غرقی۔ بادیان۔ زیرہ سفید ہر ایک ۳ ماشہ تازہ پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور مغز تخم خیار ۲ ماشہ اس کو پانی میں پیس لیں۔ شیر مرو خطائی ۱ ماشہ گھس کر اضافہ کریں۔ یہ نسخہ چند روز دیں۔ گدھی کا دودھ پلائیں۔ اور چھاتی اور شانوں پر مچھلی کے تیل کی مالش کریں۔ مریض آہستہ آہستہ تندرست ہو جائے گا۔

ام الصبیان ۔ یعنی صرع الاطفال۔ اس میں بچہ بیہوش ہو جاتا ہے۔ ہاتھ

پاؤں میں تشنج ہوجاتا ہے۔ اور منہ میں جھاگ آتی ہے۔ دورہ کی ۔۔۔ میں بچہ کو آرام سے لٹا دو۔ بازو اور رانیں کس کر باندھ دو۔ ا۔۔۔ ہتھیلیوں اور تلوؤں کو سہلاؤ۔ اگر دورہ کی حالت میں مونگہ کا د۔۔۔ مرجان آگ میں گرم کر کے چمٹے سے پکڑ کر دورہ کی حالت میں دو ابروؤں کے درمیان جو رگ پیشانی پر ہے اس کو داغ دیں ۔۔۔ دورہ نہیں ہوتا۔ اگر ہو بھی تو بہت ہلکا ہوتا ہے۔ اس کے علا۔۔۔ جدوار اور عود صلیب گلے میں لٹکانا اور دودھ میں گھس کر پلا۔۔۔ بھی مفید ہے۔

(۱۰) **پیچش** ۔ پیچش کی حالت میں اول کسٹر آئیل کا جلاب دیں۔ اور اس کے ۔۔۔ گاؤزبان ۳ ماشہ۔ ریشہ خطمی ۱ ماشہ۔ بہیدانہ ۱ ماشہ۔ تینوں بھگو۔۔۔ لعاب نکالیں۔ اور تھوڑا تھوڑا پلائیں۔ اگر اس سے آرام نہ ہو ہومیوپیتھک دوا مرکیوریس سال تین ایکس دن میں چار بار دیں دن میں ہی پیچش کو دور کر دے گا۔

(۱۱) **گھٹی برائے اطفال** ۔ بچہ کو ابتدائے پیدائش میں گھٹی دی جاتی ہے مگر اس کے نسخے مختلف ہیں۔ بعض میں اتنی زیادہ ادویات ہوتی ہیں کہ نقصان کا اندیشہ ہوتا ہے۔ ذیل میں ایک آسان اور صحیح نسخہ درج کیا جاتا ہے۔

گل بنفشہ۔ برگ گاؤزبان۔ اصل السوس مقشی۔ مویز منقی۔ عناب۔ گل سرخ۔ برگ سناء۔ ہر ایک ۱ ماشہ۔ عرق گلاب میں جوش دے کر چھان لیں۔ اور املتاس کا مغز ۲ ماشہ۔ ترنجبین ۲ ماشہ ملا کر چھان لیں۔ اور اس میں سے حسب ضرورت تھوڑا دیا کریں۔

(۱۲) **عطاش** ۔ ورم کا نام ہے۔ یہ مرض بچوں کو سخت تکلیف دیتا ہے۔ چند۔۔۔ میں گڑھا پڑ جاتا ہے چہرہ سرخ یا زرد۔ پیشانی میں درد ہو۔۔۔ بچہ روتا۔ آنکھ اور پیشانی ملتا ہے۔ اور سر جھکتا ہے۔ اس مرض ۔۔۔ اسہال بکثرت آتے ہیں۔ جو ایک بڑی علامت ہے پیاس ۔۔۔

شدید ہوتی ہے۔ کہ ادھر پانی پیا۔ ادھر پھر مانگا۔

[ا]س مرض میں خواہ دن میں بیس یا چالیس اسہال آتے ہوں تب بھی فوراً کیسٹر آئل [کا] جلاب دیں۔ جلاب دینے سے دو تین گاڑھے اسہال آئیں گے اور عام اسہال [او]ر بخار رک جائیں گے پھر یہ نسخہ دیں۔

تخم خرفہ ۳ ماشہ۔ گل نیلوفر ۳ ماشہ۔ دونوں کو پانی میں پیس کر شیرہ نکالیں [او]ر لعاب بہدانہ شامل کرکے رکھیں۔ اس میں سے ایک ایک چمچہ ایک ایک گھنٹہ [ک]ے وقفہ سے دیں اور گلنار آب برگ مکو سبز میں پیس کر یا عرق مکو میں پیس کر [ر]وغن میں تر کرکے تالو پر رکھیں۔

(۱) **بے خوابی۔** اگر بچہ کو نیند نہ آتی ہو تو روغن خشخاش کنپٹی پر ملیں۔

(۲) **کان درد۔** میں رسوت عرق مکو میں گھس کر نیم گرم کان میں ٹپکائیں۔

(۳) **پیٹ درد۔** کیسٹر آئل گرم کرکے پیٹ پر مالش کریں اور اوپر روئی باندھیں۔

(۴) **کثرت عطش۔** دانہ الائچی خورد، طباشیر ہر ایک ۱ ماشہ، عرق گلاب میں پیس کر لعاب بہدانہ و شربت نیلوفر ملا کر رکھیں اور دن میں کئی بار تھوڑا تھوڑا پلائیں۔

(۵) **خروج مقعد۔** کانچ نکلنا بھی کہتے ہیں۔ پوست انار شیریں اور مازو کو جوش دے کر اس پانی سے آبدست کرایا کریں۔

(۶) **آنکھ دکھنا۔** بورک لوشن اور زنک لوشن کا استعمال کرائیں یا گل ارمنی، پھٹکری بریاں، ہلیلہ سیاہ، برگ حنا، رسوت ہر ایک ۳ ماشہ، افیون ۱ رتی گلاب کے عرق میں پیس کر آنکھوں پر ضماد کریں۔

(۷) **کھانسی۔** بچوں کی کھانسی میں یہ نسخہ بہت مفید ہے۔ کاکڑا سینگی، تیس دار فلفل، اصل السوس، صمغ عربی، شکر تیغال، ہر ایک ۱ ماشہ باریک پیس کر شہد میں ملا کر دن میں چند بار انگلی سے بچے کو چٹائیں۔

تربیت الاطفال

اسی عمر میں بچہ اپنے ابا اور بڑے بھائیوں اور بزرگوں کو سلام کرنے
کی عادت بھی سیکھ لیتا ہے۔ اور اس سے بچے میں ایک قسم کی باقاعدگی کی عادت
بھی پڑتی ہے۔ اس لئے یہ ضرور سکھانا چاہئے۔ اگر بچہ کو ننگے پاؤں پھرنے سے روک
دیا جائے اور اسے سمجھا دیں تو وہ بغیر جوتی کے ہرگز چلنا گوارا نہ کرے گا۔ الغرض چھوٹی
چھوٹی باتوں میں بہت بڑے نتائج مضمر ہوتے ہیں۔ پس ان باتوں پر ابتدا
ہی سے خاص توجہ دینی لازم ہے۔

گھر کی چار دیواری کا تعلق عام طور پر انسان کے ساتھ دائمی ہے۔ ایام
طفولیت سے لے کر بڑھاپے تک گھر کے اندرونی تعلقات قائم رہتے اور وہاں
کی زندگی اور فضا سے واسطہ پڑتا ہے۔ اس لئے یہ عنوان بہت وسیع
ہے۔ اوقات مدرسہ کے علاوہ بچہ کے لئے یہ سب سے زیادہ اہم درس گاہ
ہے۔ ۵ سال کی عمر سے ہوش کا زمانہ شروع ہوتا ہے اور تربیت کے لئے سب
سے زیادہ ضروری اوقات یہی ہیں۔

تربیت کی قدر وقیمت

والدین کی زندگی کو تلخ یا خوشگوار بنانے والی اولاد ہے۔ اکثر دیکھا گیا
ہے کہ شریف نیک چلن، دولتمند اور صاحب اقتدار والدین کی اولاد
ان کے لئے سوہان روح بنجاتی اور ان کی عزت پر دھبہ لگاتی۔ ان کے نیک
نام کو دنیا میں بدنام کرتی اور ان کے امن اور چین کو تباہ کر کے رکھ دیتی
ہے۔ اس کا باعث صرف تربیت نہ کرنا ہے۔

کہتے ہیں کہ بُرا لڑکا سانپ سے بھی زیادہ موذی ہے۔ اور اگر نتائج
پر غور کیا جائے تو خیال بالکل صحیح ہے۔

بہت سے والدین کہتے ہیں کہ ہم بچوں کو سمجھاتے سمجھاتے تھک گئے
ہیں۔ ہم ان کو پیٹتے پیٹتے تنگ آگئے ہیں۔ لیکن بچوں کے کان پر جوں
تک نہیں رینگتی۔

اس کا باعث یا تو یہ ہوگا کہ ابتدا میں والدین نے بچوں کی تربیت سے
غفلت کی ہوگی اور بہت سا وقت لاڈ پیار میں گزار دیا ہوگا۔ یا اس کا باعث
یہ ہوگا کہ ماں اپنے بچوں کی تربیت اور تنبیہ کے بجائے ان کے عیوب اور برائیوں

کو چھپا کر ان کی زندگی کو تباہ کرتی ہوگی۔ یا ماں باپ دونوں بے توجہی سے
کام لیتے ہوں گے۔ یا ماں کی توجہ کے ساتھ گھر کے کسی دوسرے رکن مثلاً
ماموں، بڑا بھائی یا نوکر کی صحبت بد اور جانب داری بچوں کو بُرے راستے
پر ڈالنے میں مدد دیتی ہوگی۔ پس اگر بچوں پر ماں باپ کے نصائح، زجر
و توبیخ کا کچھ بھی اثر نہ ہوتا تو ماں باپ کو آنکھیں کھول کر اس مسئلہ پر غور کرنا
چاہئے کہ بچہ کی عادات بگاڑنے والا کون ہے۔ اپنے عزیزوں اور رشتہ داروں
پر نظر رکھیں جو بچے کے ہمراہ رہتے جاتے ہوں۔ نوکروں اور بچوں کے عادات کو بھی
اور پھر کوئی بہتر راستہ تجویز کریں۔

ماں کی غلط محبت

ماں جب اپنے بچہ کے عیوب کو چھپاتی اور اسے مار پیٹ سے بچنے کے لئے
جھوٹ بولتی ہے تو گویا ماں بچہ کو مکر و فریب کی تعلیم دیتی ہے۔ اسے جھوٹ بولنا
سکھاتی ہے اور اسے بتلاتی ہے کہ اس طرح سے باپ کے احکام کی پروا نہ
کرنی مناسب ہے۔ ماں بچہ کے باپ کو خونی اور ظالم کہتی ہے۔ اور بچہ کا منہ بند کرتی
ہے۔ اس کو پیسے اور مٹھائی دے دیتی ہے اور یہی اسباب ہیں جو بچہ کو
تباہی کے راستے پر ڈال دیتے ہیں۔

ہندوستانی لڑکیاں اور تعلیم

ہندوستان میں انگریزی تعلیم اور مدارس کا رواج اور جدید طریقہ
۵۰ سال سے زائد عرصہ سے مروج ہے۔ اور ابھی کل کی بات ہے کہ پرائمری تعلیم بھی
قانون کے ماتحت لازمی قرار دی گئی ہے۔ اور وہ بھی لڑکوں کے لئے۔ گویا ابھی لڑکیوں
کے لئے لازمی تعلیم نہیں سمجھی گئی اور خدا جانے ابھی اس کے لئے بھی ایک عرصہ
مدت درکار ہوگی۔ ایران اور ترکی کے ممالک میں بھی لڑکیوں کے لئے تعلیم لازمی قرار
دی جا چکی ہے۔ قسطنطنیہ میں عورتوں کی جداگانہ یونیورسٹی بھی ہے لیکن ہندوستان
میں ابھی لڑکیوں کو پڑھانے کا انتظام نہیں کیا گیا۔ افسوس ہے کہ اس مسئلہ پر
یہاں تفصیل سے نہیں لکھا جا سکتا۔ لیکن معترضین یہ کہتے ہیں کہ لڑکیوں
کے پڑھنے لکھنے سے ان کے خراب ہو جانے کا اندیشہ ہے۔ یہ باتیں کسی حد تک
صحیح ہیں۔ لیکن کیا ان پڑھ لڑکیاں خراب نہیں ہو جاتیں۔ ہمارے خیال میں
لڑکیوں کی اوسط ابتدا میں برابر رہے گی۔ لیکن آئندہ چل کر ان کی بچیاں

سے بہترین طریق پر پرورش پا سکیں گے۔ اور بہت برائیوں اور خرابیوں میں نمایاں کمی ہو جائے گی۔ اس لئے لڑکیوں کی تعلیم لڑکوں سے بھی ضروری ہے کاش کہ لڑکوں کی بجائے اول لڑکیوں کی تعلیم ضروری قرار دی جاتی۔

اس صورت میں کہ مائیں ان پڑھ اور جاہل ہیں۔ بچوں کی غیر ضروری طرفداری کرکے اور حد سے زیادہ لاڈ پیار کی وجہ سے ان کی آئندہ زندگیوں کو تباہ کر رہی ہیں۔ باپ کے فرائض میں بہت زیادہ اضافہ ہو جاتا ہے۔ بچوں کی ماں کو سمجھانا اور ضروری ہدایات دینا اس کا فرض ہے۔ نیز اپنے کاروبار میں منہمک رہنے کے علاوہ اسے اپنے وقت کا ایک حصہ اپنے بچوں کی تربیت پر بھی صرف کرنا لازم ہے۔ اکثر باپ اپنی مشغولیت کا بہانہ پیش کیا کرتے ہیں۔ لیکن وہ اگر ٹھنڈے دل سے غور کریں۔ تو اپنے بچوں کے لئے کچھ نہ کچھ وقت نکال سکتے ہیں۔ وہ سیر اور تفریح کے وقت انہیں ہمراہ لے جا سکتے ہیں۔ وہ گھر پر ان کا سبق سن سکتے ہیں۔ اور چند باتیں بھی روزانہ بتا کر آہستہ آہستہ ان کو ترقی کا راستہ دکھا سکتے ہیں۔ لیکن اگر باپ اپنے فرائض کو نہیں سمجھتا تو بچوں کا خدا ہی حافظ ہے۔

بعض اوقات ماں باپ میں کسی مسئلہ پر اختلاف ہو جاتا ہے خواہ یہ اختلاف بچوں کے متعلق ہو خواہ کسی اور بات کے متعلق۔ ماں باپ کو بچوں سے علیحدہ ہو کر تنہائی میں ایسے مسائل پر گفتگو کر لی جائے۔ اور بچوں کے سامنے آپس میں لڑنے جھگڑنے سے احتراز کرنا واجب ہے۔

بچوں کو عملی تربیت سکھلائیں۔ بچوں کی تربیت جہاں تک ہو سکے عملی ہو۔ آپ بچوں کو کہتے ہیں کہ گالی نہ دو۔ اور خود سارا دن نوکروں۔ بیوی اور دوسرے لوگوں کو گالیاں دیتے ہیں تو آپ کی نصیحت کارگر نہیں ہو سکتی۔ اگر آپ کہیں کہ ننگے پاؤں مت پھرو اور ماں یا باپ ننگے پاؤں پھریں تو بچہ پر آپ کی نصیحت کا اچھا اثر نہ ہوگا۔ اگر ماں زمین پر بیٹھ گئی ہے تو بچہ بھی اس کی تقلید کرے گا الغرض جہاں تک ہو سکے بچہ کو زبانی تعلیم کے علاوہ عملی تعلیم بھی دیں۔ اور جو بات سمجھائیں وہ بار بار کرکے دکھلائیں۔ تاکہ بچے کے ذہن میں اچھی طرح

سے پختہ ہو جائیں۔ بعض عادتیں جو بچوں کو ایام طفولیت ہی میں ڈالی جاتی ہیں۔ وہ بڑھاپے تک پیچھا نہیں چھوڑتیں۔

بچوں کو کیا کچھ سکھانا چاہئیے

(۱) نیک عادت (۲) ادب و لحاظ (۳) خوش کلامی (۴) صاف و صفا رہنا (۵) خراب پانی گندی ہوا۔ نامناسب غذا نجاست اور میل کچیل سے بچنا

(۶) فرمانبرداری اور یہ ایسی ہو کہ بچہ خوشی خوشی سب احکام کی تعمیل کرے اور اگر تعمیل نہ کرے تو جس طرح سے بھی ہو سکے بچہ کو اس کی عادت ڈالیں۔ اور اس کے لئے سزا بھی دینے سے دریغ نہ کریں۔ اور ماں کے احکام کی تعمیل کرانے میں بھی باپ کو امداد دینی چاہئے۔ والدین کے سامنے اور پشت پر بچوں کو یکساں فرمانبرداری کی عادت ڈالیں۔ انعام اور سزا کا اصول اگرچہ اچھا ہے لیکن انعام یا سزا کے لالچ سے فرمانبرداری کی عادت خراب ہے۔ بعض اوقات بچے خود کہتے ہیں کہ ہم پڑھیں تو ہمیں کیا ملے گا۔ یہ بات بری ہے البتہ بغیر شرط کے ماں باپ کبھی کبھی خوش ہو کر انعام دے سکتے ہیں۔ لیکن مختلف کاموں کے لئے شرطیہ انعامات مقرر کرنا بچوں کو ضائع کر دینا ہے۔ ایسا ہی سزا دینا ضروری ہے لیکن جہاں تک ہو سکے نرمی شفقت اور مختلف طریقوں سے بچوں کی اصلاح کرتے رہیں۔ اور ہر دم پیٹنے کا اصول غلط ہے۔ اس سے بچہ ضدی اور ڈھیٹ ہو جاتا ہے۔ پس بچوں کو مارنے یا انعام پانے کی عادت ڈالنے سے احتراز لازم ہے خصوصاً غصہ کی حالت میں بچوں کو سزا نہ دیں۔

(۸) بچوں میں دلیری اور بہادری کے جذبات پیدا کریں۔ بچوں کو بھوت پریت اندھیرے گھر کے اندر تنہا جانے سے جو خوف پیدا کیا جاتا ہے یہ بہت بڑی غلطی ہے۔ جھوٹے خوف دلا کر ہم بچوں کو خود بزدل بناتے ہیں۔ اس کے علاوہ ہمیں انہیں اپنی حفاظت کرنا سکھلانا لازمی ہے۔ مثلاً سانپ بچھو کو مارنا یا ان سے بچنا آگ سے کپڑوں کو بچانا کنوئیں تالاب اور دریا سے علیحدہ رہنا۔

(۹) بچوں کو سچ بولنے کی عادت سکھلائیں اور یہ سب سے ضروری بات ہے۔

(۱۰) گالی گلوچ سے بچائیں اور اس کے لئے خود بھی خوش کلامی سے اقدام کرنا لازم

غدہ مذی

غدہ مذی

اس کو عربی میں غدہ قدامیہ کہتے ہیں۔ اور جو رطوبت اس سے تراوش ہوتی ہے اس کو مذی کہتے ہیں۔ یہ رطوبت پتلی سفیدی مائل انڈے کی سفیدی کی طرح سے صادر ہوتی ہے جماع سے قبل بعض دفعہ تھوڑی سی نکل آتی ہے۔ بعض آدمیوں کو اس کثرت سے نکلتی ہے کہ کمزوری کا باعث بن جاتا ہے یہ گٹھی غدود سپاری کی شکل کی ہوتی ہے۔ پیشاب کی نالی سے شروع اور مثانہ کی گردن کے سامنے موجود ہے اس کا وزن ایک تولہ ۵ ماشہ کے قریب ہوتا ہے اس غدود میں نہایت باریک پندرہ بیس نالیاں پیشاب کی نالی تک پہنچتی ہیں۔

اس سے خارج ہونے والی رطوبت پیشاب کی نالی کو تر رکھتی ہے۔ اگر پیشاب کی تیزی پیشاب کی نالی کو نقصان نہ پہنچائے۔ اور منی کی تیزی اور حدت اخراج کے وقت خراش پیدا نہ کرے۔ یہ منی کی مصلح بھی ہے۔

غدود ودی

غدود ودی

یہ ننھی ننھی دو مٹر کے برابر گلٹیاں ہیں۔ ان سے بھی رطوبت ودی خارج ہوتی ہے۔ اس کا بھی وہی فائدہ ہے۔ جو غدہ مذی کا ہے۔ لیکن یہ عام طور پر اخراج پیشاب میں سہولت بہم پہنچاتی ہے۔

خصیے

خصیے

خصیے انسانی مشین میں ایک نہایت قیمتی اور کارآمد جزو ہیں۔ ان میں مادۃ الحیات یعنی منی جو ہر انسانی پیدا ہوتا ہے۔ بیضوی کی شکل کی دو گلٹیاں ہیں۔ جو فوطہ کی تھیلی میں ہیں خصیہ کی ڈوری کے ذریعہ لٹکتی ہیں۔ ان میں فوطہ (تھیلی)، خصیتین اور خصیہ کی ڈوری۔ تین چیزیں قابل ذکر ہیں۔ ان میں سے ہر ایک کے متعلق علیحدہ علیحدہ لکھا جاتا ہے۔

خصیتین کی جھلی

خصیتین کی جھلی

اس کو فوطہ، تھیلی، صفن اور سکروٹم کہتے ہیں۔ اس میں خصیتین لٹکے رہتے ہیں۔ سردی کی حالت میں یہ جلد سکڑ جاتی ہے۔ گرمی اور بڑھاپے میں ڈھیلی ہو جاتی ہے۔ اس جلد کے دو طبقے ہیں۔

بیرونی طبقہ یہ نہایت پتلی جھلی ہوتی ہے۔ اس کی رنگت مائل بہ سیاہی اور شکل شکن دار ہے۔ جس میں چھوٹے چھوٹے بال ہوتے ہیں۔ دوسرا طبقہ اندرونی ہے۔ جو سرخی مائل ریشہ دار سکڑ جانے والی موٹی جھلی ہے۔ اس اندرونی طبقہ سے ایک اور جھلی پیدا ہو کر دونوں خصیوں کو جدا کرتی ہے۔

انثیین

اس کو خصیہ یا بیضہ بھی کہتے ہیں۔ یہی دو چھوٹی سی گلٹیاں ہیں جو فوطہ کے اندر ہوتی ہیں اور جن میں منی پیدا ہوتی ہے۔ یہ حبل المنی (منی کی ڈوری) کے ذریعہ سے خصیے میں لٹکتے ہیں۔ ایک خصیہ کا وزن ۲½ تولہ ہوتا ہے۔ بایاں خصیہ بڑا اور دایاں ذرا چھوٹا ہوتا ہے۔

ایک خصیہ تین پرت میں منقسم ہے۔ بیرونی پرت (جھلی)، درمیانی پرت اور اندرونی پرت۔ بیرونی پرت یا جھلی۔ یہ پرت دو حصوں میں ہے۔ ایک خصیہ کے ساتھ رہتا ہے اور دوسرا حصہ فوطہ کی جھلی کے ساتھ لگا ہوتا ہے۔ جن آدمیوں کے خصیوں میں پانی بھر جاتا ہے۔ وہ انہی دو جھلیوں کے درمیان پیدا ہوتا ہے۔

درمیانی پرت۔ یہ خصیہ کے ساتھ چمٹا رہتا اور اس کا رنگ سفید مائل ہوتا ہے۔ اسی پرت سے چھوٹی چھوٹی سینکڑوں نالیاں پیدا ہو کر خصیہ میں جذب ہوتی ہیں۔ اور انہی سے منی پیدا ہوتی ہے۔

اندرونی پرت۔ اس کو عروقی طبقہ بھی کہتے ہیں۔ اس میں بے شمار
ں ہیں جن سے خصیہ کی پرورش ہوتی ہے۔

خصیہ کی ڈوری

اس کو معالیق خصیہ بھی کہتے ہیں۔ اسی سے خصیے لٹکتے ہیں۔ اور یہی نا
لی ہے جس کے راستہ میں منی بذریعہ اعلیل خارج ہوتی ہے۔

منی کی نالی

مجری منی اس کو خصیہ کی نالی بھی کہتے ہیں۔ یہ دو فٹ لمبی ہوتی ہے۔ ایک
دائیں طرف ہوتی ہے اور ایک بائیں طرف۔ یہ نالی شکم کے خارجی سوراخ کے
ستہ سے مجری آربیہ میں داخل ہوتی ہے اور نالی مذکور طے کرتی ہوئی شکم کے اندرونی
راخ سے جوف شکم میں داخل ہو کر مثانہ کے درمیان سے گذرتی ہے۔

ظروف منی

ان کو خزانہ منی، منی کی تھیلیاں اور کیسات المنی بھی کہتے ہیں۔ یہ مثانہ
منفذ مذی کے درمیان واقع ہیں۔ ان میں منی جمع رہتی ہے۔ یہ تھیلی اڑھائی
نچ لمبی اور نصف انچ چوڑی ہوتی ہے۔ اس کی بالائی سطح ایک ایسی جھلی کے
ید سے جس میں خانے ہوتے ہیں۔ مثانہ کے ساتھ چپاں رہتی ہے۔ وقت
رورت اس سے منی خارج ہو کر مجری بول (گذرگاہ پیشاب) میں گرتی ہے۔
صرف ایک جانور کتے میں خزائن منی موجود نہیں ہیں۔ اور اس کا سبب
بھی تک معلوم نہیں ہو سکا۔ خزائن منی میں ایک تو منی جمع رہتی ہے۔ دوسرے
خود ایک رطوبت پیدا کرتے ہیں جو مصلح منی ہے اور منی کے ساتھ ہی مل کر
خارج ہو جاتی ہے۔

مادۃ الحیات

جوہر فضلہ، منی، نطفہ، ویرج وغیرہ اس کے مختلف نام ہیں۔
خون خصیوں میں جا کر منی کی صورت اختیار کرتا ہے۔ بالغ آدمیوں میں ہر
وقت منی پیدا ہوتی رہتی ہے۔ انزال کے وقت منی بکثرت خارج ہوتی ہے اس
کے علاوہ نہایت قلیل مقدار میں پیشاب کے ساتھ خارج ہوتی رہتی ہے۔ اگر زیادہ
مقدار میں خارج ہونے لگے۔ تو یہ ایک خطرناک بیماری ہے۔ جس کو جریان کہتے ہیں
منی ایک سفید سی مائل رطوبت ہے جو لسدار اور غلیظ ہوتی ہے۔ اس میں
ایک قسم کی بو بھی پائی جاتی ہے۔ منی دو چیزوں سے مرکب ہے۔ رطوبت منویہ
اور ذرات منویہ۔ یہ رطوبت سفید لسدار رطوبت ہے اور ذرات منویہ ایک قسم
کے دانے ہیں جن سے منی کے کیڑے بنتے ہیں۔
یہ منی کے کیڑے سر جسم اور دم رکھتے ہیں۔ اور انہی کیڑوں پر انسان
کی پیدائش کا دارومدار ہے۔ یہ کیڑے ایک دن بعد عام حالت میں منی خارج
ہونے پر مر جاتے ہیں۔ لیکن رحم میں دو سے لے کر سات روز تک زندہ رہتے ہیں
یہ کیڑے سرد۔ زیادہ گرم۔ ترشی کھاری قبض اور اشیا سے مرجاتے ہیں۔ اسی
جن عورتوں کو حمل نہ ٹھیرتا ہو۔ ان کے رحم کے معاینہ سے معلوم ہو سکے گا کہ وہاں کچھ
ترش یا کوئی تیز خلط موجود ہو گی۔ جو ان حیوانات منویہ کی قاتل اور استقرار حمل میں
مانع ہے۔ آج کل حمل کی رکاوٹ میں بھی جن طریقوں کو اہل یورپ نے اختیار
کیا ہے۔ اس میں ٹوپی رحم (غلاف رحم) ڈوش (حقنہ رحم) کے علاوہ کونین کو رحم
میں داخل کرنا بھی ہے کونین خشک اور قابض ہے وہ حیوانات منویہ کو قتل کر دیتی
ہے۔ اس مسئلہ پر حصہ دوم میں ہم پوری طرح روشنی ڈال سکیں گے۔
اور اس کے صحیح قواعد نفع و نقصان جائز و ناجائز پہلوؤں پر اخلاقی قانونی
اور طبی نکتہ نظر سے بحث کریں گے۔

دوئم اعضائے ناقلہ

اعضائے ناقلہ یا اعضائے بیرونی تناسل مردانہ میں صرف قضیب ہے جس کو ذکر اور آلت بھی کہتے ہیں ہندی زبان میں اندری اور طبی اصطلاح میں عضو مخصوص بھی کہتے ہیں۔

یہ عضو دو کام آتا ہے۔ برائے جماع اور برائے اخراج پیشاب۔

اس عضو کے تین حصے ہیں۔ جڑ، جسم اور حشفہ۔

جڑ۔ قضیب کا یہ حصہ پیڑو کی ہڈی اور نشست گاہ کی ہڈی سے چسپاں ہوتا ہے۔

جسم۔ یہ جڑ اور حشفہ کا درمیانی حصہ ہے۔ دو چیزوں سے مرکب ہے ایک جلد جسم اجسام اجوف، اور دوسرا جسم اسفنجی۔ یہ حصہ نیچے ہوتا ہے۔ اور اسی میں سے پیشاب کی نالی گذرتی ہے۔

حشفہ۔ سپاری یا سر آلت اسی کا نام ہے۔ گول مخروطی سپاری کی شکل کا ہوتا ہے۔ جس میں ایک سوراخ ہوتا ہے جس کو احلیل کہتے ہیں احلیل سوراخ بول کا دوسرا نام ہے۔ حشفہ کے اوپر ایک مضبوط جھلی لپٹی رہتی ہے جو ہاتھ سے پیچھے ہٹائی جاسکتی ہے۔ اسے قلفہ یا گھونگٹ کہتے ہیں۔ مسلمانوں میں یہ ختنہ کے وقت کاٹ دی جاتی ہے۔ اور پھر سر آلت ہمیشہ ننگا اور مضبوط رہتا ہے۔

آلت کی جلد سیاہی مائل ہوتی ہے۔ لیکن بعض آدمیوں میں سرخی مائل بہ سفیدی بھی ہے۔ اس میں چربیلے اعضا بالکل نہیں ہوتے۔

تشریح انتشار۔ عام حالتوں میں عضو مخصوص سکڑا ہوا یا لٹکتا ہوا ہوتا ہے۔ اس حالت میں یہ نرم ہوتا ہے اور سختی وغیرہ مفقود ہوتی ہے۔ جیسا کہ میں اوپر لکھ چکا ہوں۔ آلت دو چیزوں سے مرکب ہے۔ جسم اجوف۔ جسم اسفنجی۔ اسفنجی اس لئے اس کا نام ہے کہ مثل اسفنج کے خانہ دار ہے۔ اس میں رگوں کا ایک جال ہوتا ہے اور ہزاروں چھوٹے چھوٹے خانے ہوتے ہیں۔ ان خانوں میں شرائین کی باریک شاخیں پھیلی ہوتی ہیں۔ انتشار کے وقت روح اور ریح دونوں قلب

دماغ اور معدہ سے عضو کی طرف دوڑتے ہیں۔ تو ان خانوں اور شاخوں [illegible] خون بھر جاتا ہے۔ اور ان میں اکڑاؤ اور سختی پیدا ہوتی ہے۔ آلت پھول [illegible] تن جاتا ہے اسی کو نعوظ یا ارکیشن کہتے ہیں۔

چند تشریح طلب باتیں

مرد کے خصیے باہر اور عورت کے اندر کیوں ہیں

قادر مطلق نے عورت کے خصیے رحم میں اندر کی طرف اور مرد [illegible] باہر اس لئے باہر رکھتے ہیں کہ وہ دونوں اپنے اپنے فعل کو صحیح طور پر صحیح وقت پر سرانجام دے سکیں گے۔ مرد کا مزاج گرم ہے اور حرکات سے اس میں تیزی اور حدت اور زیادہ پائی جاتی ہے۔ اگر مرد کے خصیے اندر کی طرف ہوتے تو [illegible] طور پر اندرونی حرارت سے بھی اثر پذیر ہوتے اور اس طرح سے مرد بہت قلیل مدت میں انزال ہو جاتا۔ لیکن خصیے باہر ہونے سے بیرونی سردی کی رکا[illegible] فوری انزال سے روکتی ہے۔ اس کے برخلاف عورت کا مادہ منویہ زیادہ اور پتلا ہوتا ہے۔ اس لئے وہ دیر سے منزل ہوتی ہے۔ اگر اس کے خصیے با[illegible] ہوتے تو وہ اور بھی دیر سے منزل ہوتی۔ اور اس طرح سے قرار حمل اور تسکی[illegible] خواہشات میں رکاوٹ پیدا ہوتی۔

خنثی

جہاں مرد اور عورت لڑکا یا لڑکی کے متعلق ضروری معلومات ناظرین [illegible] پیش کر چکا ہوں۔ وہاں اس نہ مرد نہ عورت ہستی کا ذکر کرنا بھی ضروری ہے۔ ان خواجہ سراؤں کا وجود ہندوستان اور مشرق میں ہی نہیں یورپ اور امریکہ میں بھی ہے

ہندوستان میں خواجہ سراؤں کے سرداران کا باقاعدہ آرگ[illegible] ہے۔ وہ آپس میں کامل اتحاد و اتفاق رکھتے اور اپنے علاقہ کو ہر گھڑی وسعت [illegible]

مغربی انداز

مرقع مشرقی انداز

پتلے رہتے ہیں۔ آپ کہتے ہوں گے کہ کون بدبخت انسان ہوگا جو ان ہیجڑوں کی جماعت میں شامل ہونا پسند کرے گا۔ لیکن آپ کو معلوم نہیں کہ سینکڑوں ایسے مرد موجود ہیں۔ جو مردوں میں نام لکھاتے ہیں۔ لیکن ان کے جذبات بالکل عورتوں کی طرح ہیں۔ بعض ایسے مرد بیوی بچوں والے ہیں لیکن ان میں خلقی طور پر ایک ایسا جذبہ موجود رہتا ہے کہ وہ ہمیشہ مردوں ہی سے محبت کرتے ہیں۔ عورتوں کے ساتھ رفع خواہش یا فرائض زن و شوہر کی بجا آوری میں ضرور یک جا ہوتے ہیں۔ لیکن انہیں پوری سیری نہیں ہوتی ان کی خوشی اور خواہش کی تسلی نہیں ہو سکتی۔ بلکہ وہ یہی چاہتے ہیں کہ کوئی مرد ہو جو خوبصورت ہو۔ جس کی بڑی بڑی سیاہ آنکھیں ہوں۔ سرخ و سپید چہرہ ہو لب سرخ ہوں۔ خوبصورت مونچھیں ہوں۔ انہیں آغوش میں لے کر تنگ جائے اور ان سے محبت کرے۔ وہ ایسے مرد کی تلاش میں رہتے ہیں۔ اور اس کے حصول میں کامیاب بھی ہو جاتے ہیں۔ اس قسم کے واقعات کا تذکرہ یورپین ڈاکٹروں نے اپنی طبی کتب میں کیا ہے۔ ہندوستان میں بھی اس قسم کے آدمی تلاش کے بعد مل سکتے ہیں۔ اس قسم کے جذبات والے مرد موقع پاتے ہی ہیجڑوں کی جماعت میں شامل ہو جاتے ہیں۔

جب مردوں میں ایسی قسم موجود ہے۔ جو باوجود مرد ہونے کے عورتوں کے مقابلہ میں مردوں سے محبت کرنا چاہتی اور اس سے تسکین پاتی ہے۔ تو کوئی وجہ نہیں کہ عورتوں میں ایسی قسم موجود نہ ہو جو مرد سے متنفر اور عورتوں سے محبت کرنے والی ہو۔ چنانچہ ایسی عورتیں ابھی موجود ہیں جو صحیح معنوں میں عورت کی فطرت سے آزاد اور مرد کی سی فطرت رکھتی ہیں۔ اس قسم کی عورتیں فربہ اندام سفیدی مائل جو سلے رنگ کی ہوتی ہیں۔ آنکھوں سے حرص و ہوس ٹپکتی ہے بات بات پر ہنستی اور مردانہ اطوار کو پسند کرتی ہیں۔ تن کر چلتیں اور خوبصورت عورتوں سے محبت و پیار بڑھاتی ہیں۔ آہستہ آہستہ ان پر اپنی محبت کا جادو ڈال کر تعلقات بڑھاتی ہیں۔ سادہ لوح شریف عورتیں اسے عورت ہی سمجھ کر اس کے پیار و محبت کو اخلاص پر محمول کرتی ہیں۔ وہ آہستہ آہستہ بوس و

کنار رجحان ہے۔ اور آخر میں ناجائز تعلقات جنسی کی طرف مائل کر لیتی ہے۔ اگر اچانک یا ہنسی مذاق میں عورت اس کے ہاتھ چڑھ جائے تو بس بیچاری کا خاتمہ سمجھ لینا چاہئے۔ یہ ناجائز تعلق اس حد تک ترقی کر جاتا ہے کہ وہ عورت ایک دو مہینہ کے بعد تپ دق کا مریض معلوم ہونے لگتی ہے۔ سادہ لوح عورت اس فاحشہ مرد نما عورت کی غلام بے دام بن جاتی ہے۔ اور ہر گھڑی شوہر کے باہر جانے کا انتظار انتظار کرتی ہے۔ وہ اپنی دولت عزت اور صحت اس فاحشہ کی نذر کر دیتی ہے اُسے اپنے میاں سے نفرت ہو جاتی ہے۔ اور ہمیشہ اسی فاحشہ سے ملنا جلنا پسند کرتی ہے۔

اگر کبھی اچانک طور پر میاں کو یہ راز معلوم ہو جائے تو اس قسم کے افعال بد کی روک تھام ہو جاتی ہے۔ ورنہ عورت اپنی صحت کو خیرباد کہہ کر قبر کا کونہ بساتی ہے اور فاحشہ کسی دوسری عورت پر ڈورے ڈالنے لگتی ہے۔ اس قسم کے واقعات اگرچہ شاذ و نادر ہوتے ہیں۔ لیکن ان کا اظہار اس لئے ضروری ہے کہ گھروں میں آنے جانے والی عورتوں پر جو میاں کی غیر حاضری میں اپنا اختلاط بڑھاتی ہیں۔ مرد نگرانی رکھ سکیں اور اپنے گھروں کو اس قسم کی زہریلی فضا پیدا کرنے والیوں سے محفوظ رکھ سکیں۔ میں نے اس قسم کی ایک عورت کا علاج کیا تھا۔ اس نے اپنے جرائم کا اقرار بالتفصیل کیا لیکن میں اس جگہ محض اس لئے درج نہیں کرتا کہ وہ باتیں فحش ہیں ضروری اشارات ہی اطبا اور سمجھدار انسانوں کے لئے کافی ہیں۔

ہیجڑوں سے سوالات کرنے پر مندرجہ ذیل باتیں معلوم ہوئیں۔

ہیجڑوں کے محسوسات

(۱) میں تو اکثر یہ محسوس کرتا ہوں کہ میں سر سے پاؤں تک عورت ہوں
(۲) میں ہمیشہ یہی محسوس کرتا ہوں کہ مجھ میں عورتوں کے سے اعضائے تناسل ہیں۔

(4) میں ماہواری ایام میں درد اور تکلیف محسوس کرتا ہوں۔
(4) میرے دل میں مثل عورتوں کے خواہشات پیدا ہوتی ہیں۔ لیکن کسی خاص مرد سے التفات پیدا نہیں ہوتا۔
(5) کبھی کبھی یہ محسوس کرتا ہوں کہ مجھے حمل ہو گیا ہے۔
(6) عورتوں کو دیکھ کر میں محسوس کرتا ہوں کہ میں ان کی طرح سے ہوں۔
(7) مردوں کو دیکھ کر ان سے محبت کرنی چاہتا ہوں۔
(8) بچوں کو دیکھ کر مادرانہ شفقت میرے دل میں پیدا ہوتی ہے۔
(9) گھر کے اندر امور خانہ داری کرنے میں مسرت پاتا ہوں۔
(10) اگر مجھے عورت کے نام سے پکارا جائے تو میرا دل مارے خوشی کے اچھلنے لگتا ہے۔

خواجہ سراؤں کا وجود خطرناک ہے

خواجہ سراؤں یا ہیجڑوں کو گھروں میں آنے جانے کی اجازت نہ دیں جب بدمعاش عورتوں کا وجود بھی خطرناک ہے۔ تو خواجہ سرا بھی کچھ کم خطرناک نہیں ہیں۔ خواجہ سرا اپنی زہریلی گفتگو سے شریف عورتوں کے خیالات کو ناپاک بنا سکتے ہیں۔ اس لئے انہیں گھروں میں آنے دینا یا ان سے عورتوں کی حفاظت کا کام لینا نہایت ہی بری بات ہے۔ بلکہ شریف عورتوں کو بے حیائی کی طرف مائل کرتا ہے۔

لڑکیوں کی تربیت خصوصی

لڑکیوں کے متعلق ضروری ہدایات اس سے قبل لکھ چکے ہیں کہ ان کو جس بارہ سال کی عمر تک مثل لڑکوں کے پرورش کرنا چاہئے۔ ان کی جسمانی ورزش، سیر، کھیل کود، پڑھائی لکھائی اور عام دنیاوی اور دینی باتوں میں کامل

آزادی سے واقفیت حاصل کرنے کی اجازت دی جائے۔ اس سے یہ مراد نہیں کہ انہیں بے حیائی اور خرابیوں میں پڑ جانے دیا جائے۔ بلکہ اس کے متعلق نہایت سختی سے نگرانی کی جائے جن پر آئندہ صفحات میں بالتفصیل روشنی ڈالی جائے گی۔ مقصد صرف یہ ہے کہ لڑکیوں کی ذہنی اور جسمانی نشو و نما میں انہیں عورت سمجھ کر کسی قسم کی رکاوٹ نہ ڈالی جائے۔

جب لڑکیوں کے متعلق ہم اس قسم کی تعلیم چاہتے ہیں۔ تو آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ لڑکوں کے متعلق کیسی فراخدلی سے حریت دینے کی خواہش کریں گے۔

لڑکوں کو بے خوف نڈر اور مضبوط ہونا چاہئے۔ ان کے لئے کھلی ہوا میں کھیلنا دوڑنا ضروری ہے ان کی تعلیم اور تربیت اس پیمانہ پر کی جائے کہ وہ جوان ہو کر قوم اور ملک کی حفاظت کر سکیں۔

لڑکوں کی تربیت جسمانی میں تیرنا، گھوڑے کی سواری کشتی چلانا دوڑنا، کشتی لڑنا، پھاندنا، گولہ پھینکنا، فٹ بال، ہاکی اور کرکٹ مفید ہیں۔

تعلیم کے متعلق مدارس کے کورس بہترین ہیں۔ اس پر بھی والدین کا فرض ہے کہ ان کی واقفیت عامہ بڑھانے میں ہر قسم کی امداد کرتے رہیں۔

سب سے بڑا نقص جو عام گھروں میں دیکھا جاتا ہے۔ وہ باپ کا بچوں سے علیحدہ رہنا ہے اگر باپ بچوں کو سیر کرانے لے جائے۔ اور کھیل کے بعد ان کو گھر میں اپنے کمرہ میں رکھے۔ جہاں وہ لکھیں پڑھیں سنیں۔ تو بیسیوں قسم کی خرابیوں سے بچے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ لیکن اگر باپ کو بچوں کے متعلق کچھ علم نہ ہو، وہ کھیل کود کے بعد خراب مجلسوں میں کئی کئی گھنٹے دن اور رات کو بیٹھے رہیں تو اس مجلس کی زہریلی ہوا سے ضرور تباہ ہو جائیں گے جہاں چند لڑکے تنہا بیٹھ کر دنیا جہاں کی باتیں کرتے ہیں۔ وہاں بدی جلدی جگہ حاصل کر لیتی ہے۔ اگر باپ اپنے بچوں سے شفقت پدری کا صحیح معنوں میں اظہار کرے اور انہیں اپنے پاس رکھے۔ انہیں ہنسنے بولنے کی جائز اجازت دے۔ ان کے معمولی کاموں میں دخل نہ دے۔ ان کے سامنے اپنے دوستوں یا ملنے والوں

ے اس قسم کی گفتگو نہ کرے جس سے بچوں کو برائی کی طرف رغبت یا ان سے
کا ہی چل ہو۔ تو یقیناً بچے برائیوں سے محفوظ رہیں گے۔

٭ ٭ ٭

بعض باپ اپنے بچوں کے سامنے فحش مذاق اور گندے افعال کا بے
جھجک تذکرہ کرتے ہیں اور اس بات کا مطلقاً احساس نہیں رکھتے کہ ہمارے بچے
ان باتوں کو سمجھ رہے ہیں یا سمجھنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ ان کی نظروں
میں بچے محض خوردسال ننھے بچے ہی ہوتے ہیں۔ حالانکہ وہ ایسی باتوں سے
متاثر ہو کر خوفناک برائیوں کو اپنے دماغ میں مستقل جگہ دے رہے ہوتے ہیں۔

ماں باپ کا یہ فرض بھی ہے کہ وہ اپنے بچوں کے سامنے بوس و کنار
وغیرہ سے پرہیز کریں۔

چھوٹے بچے ان باتوں سے بھی متاثر ہو کر خرابیوں میں مبتلا
ہو جاتے ہیں۔

ماں باپ کا آپس میں جھگڑنا اور ایک دوسرے کو گالی گلوج دینا
بھی بچوں کو تباہ کر دیتا ہے۔ اس سے پرہیز لازم ہے۔

بچپن کے خطرات

ہمارے ملک میں بچپن کے خطرات کی طرف لوگوں کو بہت کم توجہ ہے۔
اور کسی کو وہم و گمان بھی نہیں ہوتا کہ چھوٹے چھوٹے بچے بھی خوفناک عادات میں
مبتلا ہوتے ہیں اور ان سے ان کے اخلاق اور صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔
انگریزی کی بعض کتابوں میں ان خطرات کا تفصیل سے ذکر کیا گیا ہے
ضروری ہے۔ بعض کا اس جگہ ذکر کر دیا جائے۔ تاکہ لوگوں کی آنکھیں کھل
جائیں اور وہ اپنے ننھے بچوں کو بچانا لازمی سمجھیں۔

چھوٹی عمر کے بچوں پر گنہگاروں کے پاجیانہ حملے

ڈبلیو۔ بی۔ اے۔ ایم۔ بی۔ ایچ ایس سی۔ ایم۔ ڈی لکھتے ہیں:-

۱۸۹۰ء میں زنا بالجبر کے ۶۱۲ حملے ہوئے۔ ان میں ۶۰ بالغ لڑکیوں پر اور
۵۵۵ نابالغ لڑکیوں پر تھے۔

۱۸۹۱ء میں ۶۳۰ ایسے واقعات پولیس نے درج رجسٹر جن میں ۷۰
بالغوں پر اور ۵۶۰ نابالغوں پر تھے۔

۱۸۹۲ء میں ۶۹۶ ایسے واقعات پیش آئے جن میں سے ۷۰ بالغوں اور
۶۲۶ نابالغوں پر تھے۔

مندرجہ بالا اعداد و شمار سے جو تین سالوں کے واقعات سے لئے گئے
ہیں، آپ پر ظاہر ہو گیا ہوگا کہ نابالغوں پر زنا بالجبر وغیرہ کے حملے کس کثرت
سے ہوتے ہیں۔ اور چھوٹے بچوں کو ان حملوں کا شکار بننے سے بچانا آپ کا کس
قدر ضروری فرض ہے۔

ڈاکٹر ڈبی نے زیادہ تفصیل کے ساتھ اس قسم کے نقشہ کو پیش کیا
ہے۔ انہوں نے اپنی پریکٹس (مطب) میں جس قسم کے واقعات نوٹ کئے
ہیں ان میں عمر کا تناسب حسب ذیل ہے۔

دو سال کے بچوں پر حملے		عمر	۱۰ سال کے بچوں پر حملے		تعداد
۳	۰	۸	۱۱	۰	۱۶
۴	۰	۴	۱۲	۰	۲۳
۵	۰	۱۹	۱۳	۰	۱۵
۶	۰	۱۳	۱۴	۰	۱۵
۷	۰	۲۳	۱۵	۰	۱۳
۸	۰	۲۷	۱۶	۰	۵
۹	۰	۲۵	۱۷	۰	۴

۱۰ سال کے بچوں پر حملے ۴

سے ۲۰ سال کے عورتوں پر حملے ۱

اس وقت اور بھی خون کے آنسو رونے پڑتے ہیں جب معلوم ہوتا ہے کہ اس قسم کے حملہ کرنے والوں میں سترہ باپ ۔ دو خسر، دو ماموں ، ایک چچا بھی تھے۔

آپ باپ کا نام اس فہرست میں پڑھ کر متعجب ہوں گے۔ لیکن حالت ، غربت اور شراب خوری کی کثرت انسان کو بُرے افعال پر آمادہ کر دیتی ہے۔

عورتوں کا بچوں سے فعل بد کرنا

فرانس میں گنہگار عورتوں کے حالات کا مطالعہ کرنے سے معلوم ہوتا ہے ۵ سے ۱۰ سال کے بچوں سے عورتوں نے افعال قبیح کرنے کی کوشش کی ہے اس قسم کی عورتوں میں خادماؤں کا زیادہ حصہ ہے۔ عورتیں بعض بچوں کو بڑے محبت سے پاس سلاتی ہیں۔ بلکہ اصرار کرتی ہیں اور رات کو بچہ کو انتشار لانے کی کوشش کر کے بچہ کو اپنے اوپر ڈال کر اپنی خواہش کو پورا کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ چھوٹے بچے اس حرکت کو نہ تو جائز سمجھتے ہیں نہ برا اور نہ اس کا کسی سے ذکر ہی کرتے ہیں۔ اس قسم کے بچوں کا اسی وقت علم ہوتا ہے جب انہیں سوزاک وغیرہ کی قسم کا کوئی خراب مرض چمٹ گیا ہو اور ڈاکٹر نے بچے پر سوالات کر کے اصلیت کا پتہ لگا لیا ہو۔ ایسی عورتوں کی عمر ۱۵ سے ۳۰ سال کی تھی اور بچوں کی ۵ سے ۱۲ سال۔

بہت سی عورتوں کا کسی بچہ یا آدمی کو پکڑ لینا

ڈاکٹر فرڈوسس لکھتا ہے کہ بہت سی عورتیں کسی کو پکڑ کر باری باری اپنی

خواہشات کی تکمیل زبردستی کراتی تھیں۔ عبرت۔

مردوں کا مردوں سے ناجائز تعلق

یورپ اور ہندوستان میں یہ مرض پایا جاتا ہے۔ بلکہ جس قدر ہندوستان اور ایشیا کے بعض ممالک میں اس مذموم فعل کا رواج ہے اور کسی ملک میں نہیں۔

ڈاکٹر تھینوٹ ایم۔ ڈی نے لکھا ہے کہ آسٹریا ہنگری اور جرمنی میں اس قسم کی وارداتیں بکثرت ہوتی ہیں لیکن جہاں تک ہمارا خیال ہے۔ وہاں صرف انہی مقامات پر ایسے افعال سرزد ہوتے ہیں جہاں فاحشہ عورتوں کا وجود نہیں مثلاً دیہات وغیرہ۔

آج فرانس میں اغلام جو ایک غیر فطرتی ذریعہ جماع ہے کوئی جرم نہیں سمجھا جاتا بشرطیکہ جانبین راضی ہوں۔

البتہ زبردستی کی حالت میں یا امن عامہ میں خلل انداز ہونے پر اس جرم کی سزا دی جاتی ہے۔ جرمنی اور آسٹریا میں اغلام قابل سزا جرم ہے۔

ہندوستان میں اس قسم کے افعال ایک فیشن بن گئے ہیں اس قسم کے کاموں کی روک تھام کے لئے بہت بڑی احتیاط کی ضرورت ہے۔

میں نے اپنی آنکھوں سے اس قسم کے واقعات دیکھے ہیں جن کا اظہار بھی شرمناک ہے۔ تین تین سالہ لڑکے اور لڑکیوں کو مکانوں کی چھتوں پر فعل بد میں مشغول دیکھا۔ جن کو وہ سمجھ بھی نہ سکتے تھے کہ کیا کر رہے ہیں نوجوان لڑکیوں کو باہم بوس و کنار کرتے دیکھا ہے۔ جوان عورتوں کو چھوٹے بچوں سے محبت ناجائز میں مبتلا دیکھا ہے۔ اور تین ایسی عورتوں کا علاج کیا ہے جن کی نگاہ میں مرد کو کوئی عزت و وقعت نہ تھی جو مرد کو عضو معطل سمجھتی تھیں اور ناپاک ناجائز افعال کی مرتکب ہوتی تھیں۔ میں ا

ق حصہ دوئم میں مفصل لکھوں گا۔ اس جگہ صرف ان ہدایات کا ذکر کر
ا چاہتا ہوں۔ جن پر والدین کا عمل پیرا ہونا ضروری ہے۔ تاکہ ان کے بچے
ال بد سے محفوظ رہیں۔

چھوٹے لڑکوں اور لڑکیوں کی حفاظتی تدابیر

ماماؤں اور خادماؤں اور دوسری غیر عورتوں کے ساتھ چھوٹے بچوں کو
نہ سلائیں۔
بچوں کو ہمیشہ علیحدہ چارپائی پر سونے کی عادت ڈالیں۔
نوجوان لڑکیوں کو آپس میں ایک چارپائی پر نہ سونے دیں
لڑکوں اور لڑکیوں کو ایک چارپائی پر سونے سے روک دیں۔
لڑکیوں اور لڑکوں کی نگرانی رکھیں کہ وہ بیت الخلا وغیرہ میں اکٹھے نہ جائیں
اور وہاں زیادہ دیر تک نہ بیٹھے رہیں۔ اس بات کا بھی خیال رکھیں کہ بے
وقت پاخانہ میں نہ جایا کریں۔ کسی نہ کسی خفیہ طریق سے ان کی نگرانی لازمی ہے
نوجوان لڑکوں کو تنہا کمروں میں بیٹھنے سے منع کر دیں۔ تنہائی ایک نوجوان
کے لئے تباہ کن ہوتی ہے۔
کھیل کود پڑھائی اور گھر کے کام کاج میں بچوں اور بچیوں کو مشغول رکھنا
انہیں عادات بد سے محفوظ رکھتا ہے۔
نوجوان لڑکیاں جو باہم سہیلیاں ہوتی ہیں۔ وہ تنہائی میں گھنٹوں
علیحدہ کمروں یا کوٹھے پر باتیں کرتی رہتی ہیں۔ ان کی نگرانی بھی ضروری
ہے۔ مگر وہ تھوڑی دیر تنہا رہیں تو حرج نہیں۔
بہتر ہو اگر انہیں اس طریقے سے سلائیں کہ گھر کی بڑی خاتونوں کی نظریں
ان پر کبھی کبھی پڑتی رہیں۔
عشق و محبت کے افسانے ناول اور اس قسم کے واقعات ان کے سامنے
پیش نہ کئے جائیں۔

(۱۱) شوہر و بیوی بچوں کے سامنے صرف اختلاط نہ ہوں۔ بلکہ علیحدہ علیحـ
چارپائیوں پر سوئیں
(۱۲) نوجوان لڑکوں یا لڑکیوں کے سو جانے کے بعد جب آپ رات کو بیـ
ہوں تو ان کا معائنہ کر لیا کریں اور علی الصبح جاگنے کے بعد نوجوان لڑکـ
کے اندر دیر تک دبکے رہیں تو خطرات کا سامنا ہونا ممکن ہے۔ اس
انہیں علی الصبح ہی جگا دینا۔ اور بستر سے علیحدہ کر دینا لازمی ہے۔
(۱۳) بچوں کو ہمیشہ فرشتہ معصوم اور محض کم عمر بچہ ہی نہ سمجھئے جو
مثالیں اوپر پیش کر چکے ہیں۔ ان کو مد نظر رکھتے ہوئے آپ ا
بچوں پر کامل نگرانی رکھیں۔

چھوٹے بچوں کے ناجائز تعلقات کی پہچان

ان ضروری باتوں کے اظہار کے بعد یہ ضروری معلوم ہوتا ہے کہ
بچوں کی علامات بھی لکھی جائیں جو اس قسم کی شرارتوں میں مشغول ہـ
ہیں۔
(۱) بزدل ہوتے ہیں
(۲) گھر کے آدمیوں کے سامنے آنے سے خوف کھاتے ہیں اور آنکھیں
چراتے ہیں۔
(۳) تنہائی پسند ہوتے ہیں
(۴) دن بدن کمزور ہوتے جاتے ہیں
(۵) چہرہ پر ہلکی زرد رنگت یا پھیکا پن دکھائی دیتا ہے
(۶) آنکھوں کے گرد حلقے دکھائی دیتے ہیں
آنکھوں کے گرد حلقے پڑنا ایک صحیح ترین علامت ہے۔ بعض نوجوان لڑکـ
جو بظاہر تندرست اور جن کے چہرہ پر زردی بھی نہیں ہوتی۔ جب ان
آنکھوں کے گرد حلقے دکھائی دیں تو سمجھ لیجئے کہ سیلان کا مرض شروع

اس قسم کا سیلان خواہشات کے ناجائز طریقوں سے پورا کرنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔

لڑکے کودن جنسی تعلیم سے متنفر اور مردانہ کھیلوں سے جی چرانے لگتے ہیں۔

شباب

جب عہد طفولیت کے خاتمہ پر عہد شباب شروع ہوتا ہے اس وقت انسان کی قوت نمو اپنے پورے عروج پر ہوتی ہے۔ مرد ہو یا عورت اس کے ہر ایک عضو اور اس کی ہر ایک قوت مکمل ہو جاتی ہے۔ قد اپنی پوری اونچائی حاصل کر لیتا ہے۔ مچھلیاں اور پٹھے پھیل جاتے ہیں سینہ کشادہ ہو جاتا ہے۔ سبزہ کا آغاز اور مونچھوں کے بال مردانہ حسن کی جھلک دکھانے لگتے ہیں۔ عورتوں میں سینہ کا ابھار اور خون حیض کی آمد۔ آغاز شباب کی علامات ہیں۔ مرد صحیح معنوں میں اپنے آپ کو مرد اور عورت صحیح معنوں میں اپنے آپ کو عورت سمجھنے لگتی ہے۔ دونوں کی آنکھوں سے جوش و مستی ٹپکنے لگتی ہے طبیعت میں ایک ہیجان اور ایک خواہش سی پیدا ہوتی ہے۔ دونوں ایک دوسرے کی ضرورت محسوس کرنے لگتے ہیں۔ دونوں ایک دوسرے کے بغیر اپنی ہستی کو نامکمل اور خیالی تصور کرتے ہیں۔ دونوں چاہتے ہیں کہ کوئی ان کے سامنے گھنٹوں بیٹھا رہے ان کا ہو جائے اور اس محبت بھرے جوش کے اٹھان میں انہیں اپنی آغوش میں لے کر تنگ دبائے اور چور چور کر ڈالے۔

شباب کا آغاز مردوں میں ۱۵ سال کی عمر سے شروع ہوتا ہے بعض لڑکوں میں اس قسم کی علامات ۱۲ سال ہی سے شروع ہو جاتا ہے لیکن عام طور پر ۱۴۔۱۵ سال کی عمر میں شباب کا آغاز ہوتا ہے جس کا سلسلہ تکمیل ۲۰ سال تک جاری رہتا ہے۔ عورتوں میں ۱۲ سال سے لے کر ۱۶

سال کی عمر تک شباب کی علامات ظاہر ہوتے ہیں۔ جس کی تکمیل کا سلسلہ ۲۰ سال تک جاری رہتا ہے۔

عورت بہ نسبت مرد کے جلد جوان ہو جاتی ہے۔ اس کے متعلق پہلے بھی اپنی رائے کا اظہار کر چکا ہوں۔ عورت ۱۲ سال سے لے کر ۲۰ سال کی عمر میں کامل عورت بن جاتی ہے۔ اس مدت میں اس کی جسمانی اور ذہنی نشو و نما اس سرعت سے ترقی پکڑتی ہے کہ حیرت ہوتی ہے۔ اس عمر میں ایک عورت ہر طرح سے اپنے ہم عمر مردوں پر فضیلت رکھتی ہے۔ ایک ۲۰ سالہ نوجوان عورت ایک گھر کا انتظام کر لیتی اور بال بچوں کی حفاظت کرنے کے لئے عقل و فہم رکھتی ہے۔ برخلاف اس کے ۲۰ سال کا نوجوان لڑکا ذہنی نقطۂ نظر سے بہت کم ہوتا ہے۔ وہ انتظامی، مجلسی یا معاشرتی خوبیوں سے بے بہرہ ہوتا ہے۔

شباب سے صرف یہی مراد نہیں کہ مرد اور عورت میں خواہش نفس پیدا ہو جائے بلکہ وہ حقیقی جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ جس کے ساتھ ایک لڑکی عورت اور لڑکا مرد معلوم ہوتا ہے۔

طبی کتابوں میں مرد کے لئے علامات شباب یہ ہے۔

(۱) انتشار کامل ہوتا ہے اور منی جنسی شروع ہو جائے۔

(۲) مونچھوں، داڑھی اور موئے زہار پیدا ہوں۔

(۳) مرد صحیح معنوں میں عورت کی ضرورت محسوس کرنے لگے۔ اور بغیر عورت کے ایک قسم کی تنہائی پائے

عورت کے لئے شباب کی علامات

(۱) چھاتیوں کا بڑھنا اور بھٹنی کے گرد ایک سیاہی مائل حلقہ بن جانا

(۲) حیض کا خون آنا

(۳) مرد کی صحیح خواہش پیدا ہونا۔

ان علامات کے بغیر بھی لڑکا اور لڑکی جوان پائے گئے ہیں۔ بعض چھاتیاں ابھی بخوبی ظاہر نہیں ہوئیں کہ خون حیض آنے لگا یا چھاتیاں ابھر چکی ہیں اور ابھی خون نہیں آیا۔ یا دونوں علامتیں مفقود ہیں لیکن

[...]ندے مقاربت کرچکی ہو۔ اطبا کو اس قسم کی مستثنیات کا بھی خیال رکھنا چاہئے
کہ اس قسم کے واقعات موجود ہیں۔ خصوصاً ان گھروں میں جہاں بچپن کی
[شا]دی کا رواج ہے۔ وہاں بارہ بارہ سال کی لڑکیاں حاملہ ہوگئیں۔ اور ان کے
[او]لاد پیدا ہوکر کبھی کبھی زندہ بھی رہی ہے۔ حالانکہ حمل سے قبل بعض علامات
[شب]اب موجود نہ تھیں۔

علامات شباب کے ظاہر ہونے پر لڑکا اور لڑکی کی شادی کا وقت
[ن]ہیں آن پہنچا۔ اس کے متعلق حصہ دوم میں تفصیل سے لکھا جائے گا۔ اس جگہ صرف
[اس]ی قدر اظہار کافی ہے۔ کہ علامات شباب کے ظاہر ہوجانے کے بعد لڑکا
[اور] لڑکی کی شادی قانون کی نگاہوں میں [illegible] شادی ہوتی ہے بشرطیکہ لڑ
[لڑ]کا اور لڑکی اپنے جذبات پر قادر ہوں۔ یا ایک معروف زندگی بسر کر رہے ہوں
[...] دیگر اسباب یعنی کمزوری یا تعلیمی ضروریات شادی کے مانع ہوں تو جتنی دیر
[سے] ان کی شادی ہو اتنا ہی بہتر ہے۔ اگر ماں باپ اپنے لڑکوں اور لڑکیوں
[کی] غیر جانبدارانہ نگاہوں سے نگرانی رکھیں اور ان کی ذہنیت کا مطالعہ خاص
[ت]وجہ سے کرتے رہیں۔ اپنے بچوں کو محض اپنے ننھے ننھے بچے ہی تصور نہ کریں۔
[ت]و ان کو معلوم ہوسکتا ہے کہ لڑکا یا لڑکی کس فضا میں پرورش پا رہی ہے۔
صرف لڑکی کے جوان ہوجانے یا ان علامات کے ظاہر ہوجانے پر ہی اُسے بیاہ
[ن]ہیں دینا چاہئے جو علامات شباب سمجھی جاتی ہیں بلکہ جہاں تک لڑکی رُک
سکتی ہے یا روکی جاسکتی ہے اُسے مرد سے علیحدہ رکھنا چاہئے۔ ایک ١٥ سالہ
لڑکی جو جوان ہوگئی ہو۔ ایک مرد سے بیاہی جاسکتی ہے۔ لیکن اگر لڑکی کی صحت
[ٹھ]یک ہے اُس کے خیالات گردوپیش کے مسموم حالات سے متاثر نہیں ہوئے
تو آسانی سے اس کو ١٩ یا ٢٠ سال کی عمر تک روکا جاسکتا ہے اور وہ نہایت
خندہ پیشانی اور آرام کے ساتھ اپنے گھر کے معاملات میں منہمک رہ کر ایک
معروف زندگی بسر کرتی ہے۔ لیکن بعض والدین اس معاملہ میں غلطی بھی کھایا کرتے
ہیں۔ وہ بعض اوقات اپنی جوان اور قابل شادی لڑکیوں کو بھی ننھی بچیاں سمجھ کر
[نا]قابل شادی سمجھتے ہیں الغرض افراط اور تفریط سے بچنا لازمی ہے۔

ذیل میں چند ایک ایسی علامات لکھتا ہوں جن سے معلوم ہوسکتا ہے
کہ لڑکی بیاہ کی طرف حقیقی رغبت رکھتی ہے۔

جو لڑکیاں طبی اصولوں کے مطابق جوان ہوچکی ہوں۔ اس کے بعد
جب وہ اپنی والدہ سے بات بات پر بگڑنے لگیں تو سمجھئے کہ اُسے اپنے خا[وند]
کے پاس بھیج دینا لازمی ہے۔

بعض شرمیلی اور ماں باپ کا ادب و لحاظ ملحوظ رکھنے والی جوان لڑکی[اں]
اگر بدزبانی اور لڑائی جھگڑے سے احتراز کریں تو وہ کام کاج سے نفرت سی اختیار
کرلیتی ہیں۔ اور تنہائی میں خاموشی کے ساتھ چارپائی پر لیٹی رہتی ہیں۔ یہ دونوں
علامتیں نوجوان لڑکیوں میں اس بات کی صحیح علامات ہیں کہ اب وہ اپنے خاوند
کے ہاں جانا پسند کرتی ہیں۔

لڑکوں میں جوانی کی علامات بخوبی ظاہر ہوتی ہیں

شباب کی نشوونما

شباب کی نشوونما یا شباب کی حفاظت محض معتدل طرز زندگی اختیار
کرنے پر حاصل ہوسکتی ہے۔ جوانی دیوانی یا جوانی جیوانی کے پُرخطر راستوں سے بچ
کر ہی اپنی بقیہ عمر کو کامل زندگی کے طور پر بسر کرسکتا ہے۔ انسان خوبصورتی اور
رعنائی کا مشتاق ہے۔ خوبصورتی شباب کا دوسرا نام ہے اور دائمی شباب
حسن کامل محض تندرستی اور صحت پر موقوف ہے۔ تندرستی اور صحت صرف معتدل
اور پارسائی کا راستہ اختیار کرنے میں مضمر ہے جو لوگ جوانی سے قبل اپنی زندگی
کو غلط کاریوں کی وجہ سے تباہ و برباد کرلیتے ہیں۔ وہ ہمیشہ کے لئے اپنی صحت اور
تندرستی اور شباب کو کھو دیتے ہیں۔ اس کے متعلق تفصیل سے لکھا جانا ضروری
ہے۔ کیونکہ ہمارا ملک ان امراض میں سب سے زیادہ مبتلا ہے۔

شباب جاودانی

اور

مردوں کے امراضِ مخصوصہ پیدا ہونیکے اسباب

سالہا سال کی تحقیق و تفتیش اور اطبائے قدیم وجدید کے تجربات کا
ب لباب وخلاصہ یہ ہے کہ انسان کی اصلی قوت اُس کی قوت باہ کے صحیح
نے پر موقوف ہے۔ گویا انسان کی اصلی قوت وطاقت اُس کی قوت باہ کی
الت وصحت پر موقوف ہے۔

قوت باہ کیا ہے؟ اور یہ کس طرح سے حاصل ہوتی ہے؟ اور انسان اصلی
طاقتوں سے کس قسم کا قریبی تعلق ہے کس بنا پر ہم نے یہ خیالات ظاہر کئے ہیں
اپنی رائے کے ثبوت میں ہمارے اقوال کیا ہیں؟ اس قسم کے جملہ سوالات
جواب ذیل کی تحریر سے ملے گا۔ جس کو بغور مطالعہ کرنے سے آپ پر تمام کیفیت
منکشف ہوجائے گی۔ انسان کا جسم ایک مکمل وکامل مشین ہے جو گوشت پوست
گوں، ریشوں، پٹھوں، ہڈیوں خون چربی اور منی وروح سے مرکب ہے۔ اس
مشین کی سب سے اول خوراک جو اُس کو ہر وقت متحرک رکھتی ہے۔ وہ غذا ہے جو
انسان روزمرہ کھاتا ہے۔

غذا کے چار ہضم

ہضم اول منہ سے لے کر معدہ تک ہوتا ہے۔ یہ پانی وچبائی ہوئی غذا اور بعض
معدہ کی رطوبات کا مجموعہ ہوتا ہے جو دلیہ کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ اس میں ابھی
غذا کی صورت باقی رہتی ہے۔ اس کو ہضم اول رکیلوس کہتے ہیں۔
پھر جگر اپنی قوت جاذبہ کے اثر وقوت سے اس کیلوس کے خلاصہ کو جذب کر

لیتا ہے۔ جگر میں ہی انسان کی مزاج کو بنانے والے چاروں اخلاط پیدا ہوتے ہیں
یہ اعضائے رئیسہ میں سے ایک ہے جب جگر معدہ سے ہضم اول کے نتیجہ یعنی
کیلوس کے خلاصہ کو جذب کر لیتا ہے۔ تو اُس کے خلاصہ کو رگوں میں پہنچایا جاتا
پھر اُس کو علیحدہ علیحدہ چاروں خون، صفرا، بلغم، سودا میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ ان کے
بعد پھر تمام غذا کا جوہر یعنی منی علیحدہ کر لی جاتی ہے۔ یونانی طب میں منی ہضم چہار
کا فضلہ یا ست ہے۔

منی کی ماہیت وپیدائش

منی ایک سیال رطوبت ہے جو چاروں ہضم کے بعد مثل شبنم ہر ایک عضو
سے ٹپکتی ہوئی دماغ سے قوت تخمیر حاصل کرتی اور کان کے پچھلی طرف کی دو رگوں
کے ذریعہ سے خصیتین میں پہنچ کر وہاں کامل پختگی حاصل کرکے سفید رنگت قبول
کرتی ہے۔ وہیں اس میں کرم ہائے منی پیدا ہوتے ہیں۔ ہم کو ویدک طب کے مطالعہ
کے دوران میں یہ معلوم کرکے بہت مسرت حاصل ہوئی تھی کہ کرم ہائے منی یعنی
منی کے نہایت چھوٹے چھوٹے کیڑے جو انسان کی اصل بقائے نسل کا باعث ہوتے
ہیں اور خوردبین سے بخوبی نظر آتے ہیں صرف اہل یورپ کی تحقیق کا ہی نتیجہ نہیں
بلکہ منوجی نے بیشتر ہی ان کا ذکر اپنی کتب میں کر دیا ہوا ہے۔ اور اس امر
دریافت کا فخر ابھی اہل ہند کو ہی ہے۔ جس طرح سے پستانوں میں خون تبدیل؟
ہو کر دودھ بن جاتا ہے۔ اسی طرح سے خصیتین میں خون کا خلاصہ پہنچ کر منی کی
صورت قبول کر لیتا ہے۔ وہاں سے قطرہ قطرہ ہو کر اوعیہ منی کے راستہ سے
کیستہ المنی یعنی منی کی تھیلیوں میں پہنچ جاتا ہے۔ اور جب منی نکالنے کا فعل
یعنی جماع کیا جائے تو منی مذی کی رطوبت والی نالی سے گذرتی ہوئی براہ
احلیل خارج ہوجاتی ہے۔

منی جوہر غذا ہے

انسان اپنی قوت وصحت کی بقا کے لئے غذا کھاتا ہے اور اس کا سب سے آخری خلاصہ روح یا ست یا جوہر منی ہے جو خون کے ۴۰ قطروں سے صرف ایک قطرہ کے برابر حاصل ہوتی ہے۔ ہندوستان کی قدیم ویدک کتب میں منی کے صحیح طور پر کامل ہونے کی مدت ایک ماہ لکھی ہے وہ لکھتے ہیں کہ اول وہ حالت ہے جس کو ناتی اعضانے کھاتا ہے اور اخلاط پیدا ہوتے ہیں پھر چربی سے ہڈی کی صورت حاصل کرتے ہیں یعنی جسم کی تمام ہڈیوں کو قوت دیتے ہیں اور پھر ہڈی سے گودہ ...... اور گودے سے منی کی صورت ...... بنتی ہے۔ انہوں نے اس ہر ایک حالت کی تبدیلی کے لئے چار یوم کی مدت رکھی ہے گویا تقریباً ماہ ہویا۔ ۴۰ یوم میں وہ اس کو جسم سے اصلی حالت میں حاصل کرتے ہیں۔ شاید یہی سبب ہے کہ انہوں نے قوت کی ادویات کو کم از کم معمولی حالتوں میں اکیس یا چالیس یوم کھانا اور بعد میں ایک ماہ تک پرہیز رکھنا لازمی بتلایا ہے تاکہ دوا اچھی طرح سے جزو بدن ہو کر جسم کی ہڈیوں تک کو صحیح قوت دے کر اصلی منی کی صورت حاصل کر لیں۔

منی کا ناقص یا کمزور پیدا ہونا باہ کی کمزوری ہے

پس اگر معدہ کمزور ہے تو کھانا ٹھیک ہضم نہیں ہو سکتا اگر جگر کمزور ہے تو چاروں اخلاط کی پیدائش میں نقص واقع ہوتا ہے۔ ایسا ہی اگر آلات جماع واعضائے مولد منی کمزور ہو گئے ہوں تو ناقص وخراب منی پیدا ہوتی ہے پس اگر منی ناقص وخراب پیدا ہو تو انسان کو دن بدن کمزوری ولاغری کی حالت میں بدل ڈالتی ہے۔ کیونکہ

منی دوبارہ جزو بدن بنتی ہے

جن باتوں کی طرف ویدک تحقیقات میں حوالہ دیا گیا ہے اور انہوں نے پورے ایک ماہ میں منی کے چھ استحالوں کا ذکر کیا ہے۔ یہ حقیقت میں منی کے دوبارہ جزو بدن ہونے کی حالت کا تذکرہ ہے۔ جو لوگ جوان وتندرست ہوں انہوں نے اوائل عمر میں خرابیاں نہ کی ہوں صحت عامہ اچھی ہو اور موجودہ وقت میں پارسائی سے زندگی بسر کرتے ہوں۔ اُن کی خوراک یا غذا ہے جب منی پیدا ہوتی ہے تو وہ دوبارہ جزو بدن ہو جاتی ہے وہ اعضا کو طاقت ور بناتی جسم میں مضبوطی پیدا کرتی ہے۔ عضلات اور پٹھے گوشت وپھلیاں نمایاں ہو جاتی ہیں۔ قد نکل آتا ہے۔ چہرہ پر رونق وچمک پیدا ہوتی ہے آنکھوں سے خوشی ومسرت جوانی وشباب ٹپکتا ہے۔ دل میں قوت اور دماغ میں ہوش جوانی اور اعضائے جسم میں کام کرنے کی صحیح طاقت وقوت پائی جاتی ہے اس کا صرف یہی باعث ہوتا ہے کہ اس کی منی صحیح طور اعلیٰ درجہ کی پیدا ہو کر دوبارہ جزو بدن ہوتی ہے اور اس وقت اُس کی قوتِ باہ بالکل اصلی اور صحیح حالت پر پائی جاتی ہے۔ اس لئے انسان کی قوت باہ کے صحیح ہونے کا نام ہی اصلی طاقت وقوت یا صحتِ جسمانی ہے اگر یہ ناقص ہے تو کبھی بھی صحیح طور پر صحت وتندرستی حاصل نہیں ہو سکتی۔ اب دوسرا ضروری سوال پیدا ہوتا ہے کہ قوت باہ کیونکر ضعیف ہوتی ہے۔ اس کا مختصر جواب یہ ہے کہ منی ناقص پیدا ہو یا جزو بدن نہ ہوتی ہو۔ پھر ان اسباب وباعث پر بھی بحث کرنا لازمی معلوم ہوتا ہے جن کی وجہ سے منی ناقص وخراب پیدا ہوتی ہے۔

منی کے ناقص یا خراب پیدا ہونیکے اسباب

منی کے خراب وناقص پیدا ہونے کے اسباب منی کے پیدا کرنے والے

معصوم لڑکی

مسعود ار کورٹ

عضا کی کمزوری و ضعف ہے۔ اور ان کا ضعیف ہو جانا مندرجہ ذیل اسباب
کی بنا پر ہے۔ اول جلق دوم اغلام سوم کثرت جماع چہارم ناجائز تعلق

نوجوانوں کی کمزوری کا سب سے بڑا باعث جلق

آج ہندوستان میں گھر گھر کمزوری کا رونا رویا جا رہا ہے۔ ہندوستانی
جسمانی طور پر اس قدر کمزور ہیں کہ اب ان میں امراض کا مقابلہ کرنے کی قوت
نہیں رہی۔ اگر کسی قسم کی وبا پھیلے تو گذشتہ زمانہ سے اموات کی شرح بہت
زیادہ ہوتی اور اس کا صرف یہی باعث ہے کہ ہماری موجودہ نسل بہت کمزور ہے
اور ان کی اولاد پہلے سے بھی کمزور یعنی منی پیدا ہو رہی ہے۔ عورتوں کی کمزوری
اور ان کی خاص امراض کی طرف سے غفلت اس بڑھتی ہوئی کمزوری میں اور بھی
اضافہ کر رہی ہے۔ ہندوستان کی موجودہ نسل کی بڑھتی ہوئی کمزوری کے بہت
سے اسباب ہیں ان میں سب سے بڑا سبب جلق ہے۔ جلق یا استمنا بالید یا اس
قسم کے اس کے بہت سے نام ہیں۔ اپنے ہاتھوں بوجہ ناتجربہ کاری یا لاعلمی کے اپنا
ستیاناس کرنے کا نام ہے۔ اکثر نوجوان اتفاقیہ طور پر یا بعض شریر ساتھیوں کے
بتانے یا کسی کو دیکھنے وغیرہ سے اس مذموم فعل میں تھوڑی سی لذت کے لئے مبتلا
ہو جاتے ہیں اور جوہر انسانی یعنی منی کو ضائع کرنا شروع کر دیتے ہیں چونکہ ابتدا میں
نقصانات کم معلوم ہوتے ہیں یا کچھ عرصہ تک محسوس نہیں ہوتے۔ بغیر کسی قسم کے
خرچ یا کوشش کے تھوڑی سی تنہائی ملنے پر ان کو لذت اٹھانے کا موقع مل جاتا
ہے۔ لہذا دن رات بار بار اس ناجائز فعل کا ارتکاب کرتے رہتے ہیں۔

ہر ناجائز فعل کا نقصان

ضرور ہوتا ہے قدرت نے انسان اور عورت کا جوڑا بنایا ہے اور ان میں جوانی
میں ان کو باہم ملنے اور جماع کرنے کی اجازت دی ہے اور اس کی ضرورت بھی

ان میں پیدا کی ہے۔ اس لئے جائز طریقہ سے کبھی بھی کسی قسم کا نقصان نہیں پہنچتا
بلکہ انسانی جسم کو فائدہ پہنچتا ہے۔ اور اولاد پیدا ہوتی ہے۔ لیکن اس ناجائز طریقہ
جس کو ہم جلق کہتے ہیں اور جس کے طریقوں کو ان بدکرداروں نے بہت سی
اقسام میں تقسیم کر لیا ہے اور جن کو یہاں لکھ کر ہم صفحوں کو گندہ بنانا نہیں چاہتے
کو ان مذموم طریقوں سے خبردار کرنا چاہتے ہیں جو جلوق اخراج منی کے لئے کیا
کرتے ہیں۔ قضیب کی رگوں اور پٹھوں کو بہت نقصان پہنچتا ہے۔ ہاتھ یا کسی
چیز کی رگڑ سے جو حرکت جماع سے سخت اور بہت خشک ہوتی ہے ایک قسم کی بجلی
پیدا ہوتی ہے جو اعصاب میں اصل قوت و حرکت زیادہ پیدا کرتی ہے۔ اس کے
بعد اس کے بار بار کے اثر سے وہ جسم سیاہ مردار و کمزور پڑ جاتا ہے۔ اس سے
بجلی نکلتی اور حرکت پیدا ہوتی موقوف ہو جاتی ہے۔ بجائے اس حرارت کے اس
میں ایک دوسری کیفیت پیدا ہوتی ہے۔ جس کو ہم خواہش جماع کا ذب
حس قضیب کے نام سے پکارتے ہیں۔

جلق کے نقصانات

اول قضیب کی حس بڑھ جانے کی وجہ سے جھوٹی خواہش جماع بڑھ جاتی
ہے اور آدمی بار بار اس فعل کو کرنے پر تیار رہتا ہے اور اس کی رفتار حس بڑھ
بھی جاتی ہے۔ دوم قضیب کے رگ و پٹھے کمزور پڑ جاتے ہیں ان میں دوران
سے خون کا دورہ پورے طور پر نہیں ہوتا۔ نیلی رگیں ابھر آتی ہیں۔ اس میں بھی
لاغری و کمزوری اور کبھی کجی بھی پیدا ہو جاتی ہے اس کے بعد آخری حالت یہ
ہے کہ وہ بالکل انتشار کے قابل نہیں رہتا سوم تخم منی کے بار بار اخراج سے منی
ناقص و خراب پیدا ہوتی ہے یا پیدا ہونی بند ہو جاتی ہے منی نہایت پتلی
اور اس میں حیوانات منی کمزور پائے جاتے ہیں یا بالکل نہیں ہوتے۔ یہ منی
توجہ بدن ہوتی ہے نہ اولاد پیدا کرنے کے قابل چہارم غدہ قدامیہ کی حس بڑھ جانے
بلکہ منی جو منی کے نکلنے سے قبل سفید پانی کی سی شکل لیسدار ہوتی ہے اور انتشار

ی حالتوں میں ایک دو قطرہ احلیل کو دبانے پر یا ایسے ہی نکل آتی ہے۔

مذی و ودی

وہ ایسی رطوبتیں ہیں جو قضیب کے نیچے کا غدہ جس کو غدہ قدامیہ کہتے ہیں اس سے اخراج پاتیں اور منی و پیشاب کے نکلنے کا راستہ یعنی ک کی نالی کو مسدود بناتی ہیں تاکہ منی و بول کی تیزی احلیل کی نالی و پیشاب الی کو تکلیف نہ پہنچائے۔ یہ جلق سے بر وقت نکلنے لگتی ہے کیونکہ اس قضیب کے یرونی اجزا حس دار ہوتے ہیں۔ اور پھر اندرونی اعضا میں سے اسی کی باری تی ہے۔ مذی ذرا سے خیال اور ارادہ پر ذرا سے انتشار یا خواہش پر فی الفور ثیر مقدار میں نکلنے لگتی ہے جس سے کپڑا تر ہو جاتا ہے۔ یہ غدہ قدامیہ کے خراب ونے کا نتیجہ ہے **پنجم** اس کے بعد خزانہ منی ذکی الحس ہوتا ہے اس کو روز بروز منی خارج کرنے کی اعادت پڑ جاتی ہے۔ اس لئے وہ اس قدر کمزور ہو جاتا ہے کہ وہ کسی وقت بھی اس ناقص و رقیق منی کو روک نہیں سکتا جسے خصیتین منی بنا کر اس کی طرف جمع کرنے کو بھیجتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ اول معمولی جریان ہوتا ہے جو قبض کے وقت زور لگانے پر منی کے چند قطرات کا نکلنا ہے پھر پیشاب کے قبل یا بعد خود بخود منی کے قطرے نکلنے لگتے ہیں اور آخری حالت یہ ہے کہ دن رات ہر وقت تھوڑا تھوڑا منی کا اخراج ہوتا رہتا ہے احلیل کو دبانے سے ہر وقت قطرات منی نکلتے پائے جاتے ہیں بسرعت انزال کی یہ حالت ہوتی ہے کہ جماع کے خیال یا ارادہ ہی سے انزال ہو جاتا ہے۔ دخول تک نوبت ہی نہیں پہنچتی **ششم** آخری حالت یہ ہے کہ اعصاب کی حس و خواہش و کمزوری اس قدر ترقی کر جاتی ہے کہ بغیر کسی خیال یا تصور یا شکل کے احتلام ہو جاتا ہے۔

جلق کا اثر اعضائے رئیسہ جسم پر

آلاتِ تناسل کے ضروری اعضا اور اجزا مثل مادہ منویہ و مذی وغیرہ پر یہ تباہ کن اثر کرنے کے بعد جلق تمام جسمانی صحت کو برباد کرنے کے لئے سب سے اول اعضائے رئیسہ پر اپنا حملہ کرتی ہے۔ اعضائے رئیسہ یعنی جسم انسانی کے بڑے کارکن چار ہیں **اول** قلب یعنی دل **دوم** دماغ **سوم** جگر **چہارم** خصیتین اگر علماء نے پہلے تینوں اعضا کو ہی اعضائے رئیسہ میں شمار کیا ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ اطبا کے نزدیک خصیتین جہاں منی کی پیدائش ہوتی ہے شامل کرتے جاتے ہیں۔ اب ان تمام پر جلق کے نتائج و اثر کی مختصر کیفیت لکھی جاتی ہے۔

دماغ

جلق کا سب سے اول نتیجہ جو ظاہر ہو سکتا ہے وہ ضعف دماغ ہے جب کوئی طالب علم جماعت میں لائق ہو اور کچھ عرصہ کے بعد وہ ضعف دماغ کی بیماری میں مبتلا پایا جائے تو ۹۰ فی صدی اس کا باعث جلق ہوتا ہے۔ دماغ سے اعصاب نکلتے ہیں وہ کمزور ہو جاتے ہیں اور اس قدر ذکی الحس ہو جاتے ہیں کہ ذرا سے خیال پر تمام جسم کے اعضا کو حرکت میں لے آتے ہیں ذرا سے فاسد خیال کے پیدا ہوتے ہی وہ قضیب میں انتشار پیدا کر دیتے ہیں اس کے بعد انتہائی کمزوری کا دور شروع ہوتا ہے کہ خیال چھوڑ عورت کے پاس بھی مرد لیٹا رہے تو اس کو اس طرف کا خیال پیدا نہیں ہوتا۔ اکثر سر درد رہتا ہے تھوڑی دور چلنے پر چکر آ جاتا ہے۔ آنکھوں تلے اندھیرا چھا جاتا ہے نظر کمزور ہو جاتی ہے اور عینک کی ضرورت پڑ جاتی ہے۔ سب سے موٹی علامت دماغ کی کمزوری جو جلق یا کثرت جماع سے پیدا ہوئی ہو یہ ہے کہ اب مرد کو وہ لذت حاصل نہیں ہوتی جو ابتدا میں اس فعل سے ہوا کرتی تھی اور کمال بے لطفی رہ جاتی ہے۔ اس لئے اب وہ ملذذ یعنی لذت دینے والی ادویات کا

متلاشی ہوتا ہے یاد رکھیں کہ اگر جماع سے پوری لذت پیدا نہیں ہوتی تو یہ
ضعفِ دماغ کی علامت ہے۔ اس کے علاوہ دماغی کام کرنے سے طبیعت جلد
تھک جاتی اور زیادہ محنت نہیں اٹھا سکتی۔

قلب

یعنی دل جلق وغیرہ مذموم افعال سے جب اول لذت پیدا ہوتی ہے تو
اس وقت حرارت غریزی کی ایک بڑی مقدار جسم سے خارج ہوتی ہے۔
انسان کو جس قدر لذت وخوشی اس فعل سے زیادہ حاصل ہو اسی قدر قوت
زیادہ خرچ ہوتی اور اسی مقدار سے کمزوری زیادہ بڑھتی چلی جاتی ہے۔ اس
لئے روزمرہ یا ایک دن میں چند بار اس فعل کا ارتکاب اور کئی سالوں تک
اس کی مشق جاری رکھنے سے حرارت غریزی کی ایک عظیم مقدار جسم سے خارج
ہو جاتی ہے اور اس قدر دوبارہ پیدا نہیں ہوتی جس کا نتیجہ قلب کی کمزوری خفقان
غشی وغیرہ ہیں۔ اس کے بعد جب جلوق پر اپنے فعل کی برائیاں ظاہر ہونے لگتی
ہیں تو اس پر غم والم اور فکر رہتا ہے۔ قلب پر ہر وقت غم والم کے بادل چھائے
رہتے ہیں اسی میں خوشی ومسرت اطمینان وقت نہیں رہتی جلوق اپنے آپ
کو گنہگار اور بدکردار سمجھتا ہے اس پر آنے والی مصیبت نمایاں ہونے لگتی ہے
وہ بزدل اور ڈرپوک بن جاتا ہے وہ ذرا سے کام سے گھبرا جاتا ہے تھوڑے سے
خون کا مقابلہ نہیں کر سکتا اس کا دل ہر وقت دھڑکتا رہتا ہے۔ اس کی آنکھوں
سے وحشت اور گھبراہٹ ٹپکتی ہے۔ دوران خون قلب کی افسردگی سے جیسی اور
خستہ حالی سے صحیح طور پر انجام نہیں پاتا چونکہ قلب پر تمام باتیں روشن ہو
جاتی ہیں۔ اس لئے وہ خون کی صحیح مقدار انتشار کے وقت قضیب کی طرف
بھیجنے سے قاصر رہتا ہے۔ اس لئے انتشار صحیح طور پر نہیں ہوتا اور آلت میں سختی پوری
طور پر پیدا نہیں ہوتی۔ بعض آدمیوں کا دل اس قدر ضعیف ہو جاتا ہے یا
بعض عورتوں کا ان پر رعب پڑ جاتا ہے کہ ان میں انتشار ہی پیدا نہیں ہوتی
اس لئے یاد رکھیں کہ جب انتشار میں پورے طور پر سختی پیدا نہ ہو یا یہ سختی جلدی
جاتی رہے تو یہ ضعفِ قلب کی علامت ہے اور جلق یا دیگر مذموم طریقے اس کا سب

سے بڑا سبب ہوتے اور مریض کو جلدی اس مرض میں مبتلا کر دیتے ہیں۔

جگر

جیسا کہ ہم پہلے لکھ چکے ہیں خون صالح کے ۴۰ قطروں سے ایک قطرہ منی
پیدا ہوتی ہے اور یہ کام جگر کا ہے کہ وہ معدہ سے خوراک کو جذب کر کے صالح خون
پیدا کرے اور اسی صالح خون سے منی پیدا ہوتی ہے چونکہ بار بار جلق کرنے اور
کثرت جماع وغیرہ سے جب منی کی عظیم مقدار زیادتی سے خارج ہوتی رہتی ہے
تو اس کا بوجھ خون پر پڑتا ہے اور جگر کو اپنا کام زیادہ کرنا پڑتا ہے جس سے وہ کمزور
ہو کر اس کا فعل درست نہیں رہتا۔ وہ جگر خود اس کو بھی اپنی غذا کے لئے خون کم
ملتا ہے ادھر ہر وقت منی یعنی خون کی مانگ رہتی ہے۔ یہاں تک کہ خون کی
رنگت زرد پڑ جاتی ہے اس میں خون بالکل کم رہ جاتا ہے بھوک بند ہو جاتی ہے
ورم جگر ہوتا ہے اور خون ناقص پیدا ہوتا ہے۔ جو جزو بدن نہیں ہو سکتا امراض
باہ کا علاج کرتے وقت جگر کی حالت کا خاص طور پر خیال رکھنا پڑتا ہے۔ کیونکہ
اگر جگر میں کوئی خاص مرض پیدا ہو چکا ہو تو اول اس کا علاج لازمی ہے۔
چہارم خصیتین یعنی انثیین یہ تعداد میں دو ہیں اور دو باریک تاروں
کے ذریعے لٹکے رہتے ہیں۔ ان میں منی کی پیدائش ہوتی ہے اوعیہ منی مانند
نالی کے درمیان خصیہ وقضیب کے لگا ہوا ہے اور جس مقام پر اوعیہ منی کا
خانہ ہے وہاں کسی قدر فراخ ہے پھر تنگ ہو کر اور تھوڑا اوپر جا کر بہت تنگ
ہو جاتا ہے اور خصیہ کے قریب سے کسی قدر اوپر ہو کر بطرف گردن مثانہ میلان کر
کے ذکر کے اندر پہنچتا ہے اور خصیہ کے قریب پیشاب والی نالی سے ایک ہو جاتا
جلق سے خصیتین کو ہر وقت اور بار بار کام کرنا پڑتا ہے۔ کبھی ان کو
خام منی بھیجنی پڑتی ہے بعض اوقات تو کچا خون ہی منی کی جگہ نکلتا ہے اس
لئے یہ ڈھیلے ہو جاتے اور لٹکنے لگتے ہیں۔ ان میں اکثر درد میٹھا میٹھا رہتا ہے اگر
جلوق یا کثرت جماع کا مجرم چند روز صبر کرے تو ان میں بڑی تحریک ہوتی ہے۔
اور وہ محسوس کرتا ہے کہ ان کے اندر کچھ کچھ آہستہ آہستہ چیونٹیوں کی طرح سے رینگتا ہے
یا ان کو کوئی آہستہ آہستہ ملتا ہے اور جب وہ کسی طریقے سے اخراج مادہ کر لیتا ہے

...پر وہاں امن پیدا ہوتا ہے۔ گویا انثیین کو مادہ کو اپنے درمیان کچھ عرصہ ...ے کی بھی عادت نہیں رہتی بلکہ بے طور پر مادہ کو پیدا کرنے سے بھی وہ ...ف پانے لگتے ہیں اس لئے وہ اخراج منی کی خواہش بھی پیدا کر دیتے ہیں

بعض دیگر ضروری اعضا پر جلق کا اثر

معدہ

معدہ کو تعلق زیادہ تر جگر سے ہے۔ جگر کے کمزور ہو جانے سے معدہ خود بخود ...ور ہو جاتا ہے۔ اگر غذا معدہ میں جا کر بھاری ہو جائے تو اقروقیح یا قبض ہو تو ...ں صورت میں خواہش صادق پیدا نہیں ہوتی اور طبیعت پریشان رہتی ہے ...وق چونکہ اپنے فعل کے لئے کسی وقت کا پابند نہیں ہوتا اس لئے اکثر کھانا کھانے ...ے بعد فوراً ہی قریباً آدھ گھنٹہ یا ایک گھنٹہ بعد جب کھا چکے سے ذرا سی خماری ...ا ہوتی ہے اس فعل بد کا مرتکب ہوتا ہے جس سے ہضم میں فتور پیدا ہو کر ...ضعف معدہ میں بھی مبتلا ہو جاتا ہے۔ اکثر کثرت خوری میں مبتلا ہو جاتا یا اسا ...ں بھوک بالکل ہی خراب ہو جاتی ہے قبض میں مبتلا رہتا ہے۔ نیز ہضم کی قوت ...اندر بہت ہی کم ہو جاتی ہے۔

گردہ

گردہ کا باہ سے زیادہ تعلق ہے۔ کثرت جماع اور جلق سے طبیعت میں ...رارت غریزی تو کم ہو جاتی ہے مگر حرارت غریبی بڑھ جاتی ہے۔ گردہ کی چربی گھل ...گھل کر خارج ہو جاتی ہے اور وہ لاغر ہو جاتے ہیں سرعت انزال کی شکایت ہو ...جاتی ہے تو اکثر اس کا باعث گردہ کی لاغری و حرارت ہوتی ہے۔ کبھی گھنٹوں ...جماعی حرکت سے انزال نہیں ہوتا۔ اس صورت میں گردہ کی برودت اس کا ...باعث ہوتی ہے۔ اکثر لوگ بے غیر ضروری مسک زیادہ گرم سرد ادویات بلا مشورہ ...ادویات اشتہاری حکیموں کی ڈ...یانہ ناسفوس افیون اور اسی قسم کی زہریلی ...ادویات کے ناجائز استعمال سے خراب ہو جاتے ہیں۔ لاغری گردہ سے جسم میں ا...

بیماری از قسم ریگی کے پیدا ہوتی اور اکثر تمام جسم میں دورہ کرتی رہتی ہے اس کی ایک چمک سی گردہ۔ کمر۔ سر۔ ناف۔ پاؤں۔ قضیب وخصیہ میں پیدا ہو کر تھوڑی دیر بعد جاتی رہتی ہے۔ کبھی ریگی بواسیر کی سی کیفیت بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ بھوک کم ہوتی ہے۔ منہ کا ذائقہ خراب رہتا ہے۔ منہ سے بدبو آتی ہے۔ پیشاب گاڑھا ہوتا ہے۔ اس کی رنگت سرخ یا سفید ہوتی ہے۔ پیشاب میں باریک ذرات چھیچھڑے ریشے وغیرہ خارج ہوتے ہیں۔ طبی لحاظ سے امراض گردہ کی علامات حسب ذیل ہیں۔ بدبوئے دہن۔ منہ کا بدذائقہ ہونا۔ نبض تیز۔ گردہ کی جگہ گرم۔ زیادتی پیاس اور پیشاب بکثرت۔ جمراتے بول میں سوزش۔ پیشاب کا رکنا مشکل ہو۔ یہ علامات گردہ حاری کی ہیں۔

جلق مختلف طبیعتوں پر مختلف اثر رکھتا ہے

کثرت جماع اغلام اور جلق وغیرہ جملہ افعال جن سے منی کا اخراج ہوتا ہے ہر ایک طبیعت پر یکساں اثر نہیں ڈالتیں بعض آدمیوں کو تھوڑی حرکت اور چند دنوں کی عادات سے ہی ایسا سخت نقصان پہنچتا ہے کہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے بعض آدمیوں کو جو سالہا سال تک اس عادت کے غلام رہتے ہیں باوجود نقصانات کے ان میں جماعی قوت باقی رہتی ہے۔ اور وہ ایک دو ماہ باقاعدہ علاج کے بعد کامل صحت حاصل کر لیتے ہیں۔ بعض آدمیوں کے عضو مخصوص میں زیادہ کمزوری ہوتی ہے تو بعض کے گردہ و مثانہ زیادہ ماؤف ہوتے ہیں۔ کئی آدمیوں کو سخت جریان ہوتا ہے الغرض ان ذمائم افعال بد کے نتائج مختلف دیکھے جاتے ہیں۔ اس لئے یہ ضروری نہیں کہ تمام آدمیوں میں علامات یکساں پائی جائیں۔ اس لئے یہ بھی ناممکن ہے کہ ہر ایک آدمی کو ایک ہی دوائی فائدہ پہنچا سکے۔ اس لئے ہم بڑے دعوے کے ساتھ تمام اشتہاری وغیر اشتہاری مدعیوں کے سامنے یہ سوال بڑے زور کے ساتھ پیش کرتے ہیں کہ

کیا ایک دوائی تمام اقسام ضعفِ باہ کو مفید ہو سکتی ہے

ہمارا جواب نفی میں ہے اور تمام وہ لوگ جو کسی ریاست یا بہاڑی یا دوسرے باعظمت خاندان یا کی پرانی اور سنیاسیوں اور فقیروں کی عطیہ ادویات کا اشتہار دے کر پبلک کو دھوکہ دے رہے ہیں وہ ایک بہت بڑے گناہ کا ارتکاب کر رہے ہیں۔ وہ اخلاقی دنیا کے سب سے بڑے مجرم ہیں۔ یہ ہو سکتا ہے کہ معمولی کمزوری کی حالت میں اگر دوا استعمال کی جائے تو باہ میں تحریک پیدا ہو یا بہت سے آدمیوں کو دوائی کھلانے سے چند آدمیوں کو کچھ فائدہ فائدہ پہنچاتی ہو۔ مگر یہ ناممکن بات ہے کہ وہ ہر مزاج اور ہر قسم کے مریض کو شفا دے سکے ہمارا یہ دعوٰی طب کے اصول پر ہے اور بوجہ طبیب ہونے کے ہم کو اس امر سے دوچار ہونا پڑتا ہے کہ ایک ہی دوائی جملہ نقصانات جلق۔ اغلام۔ کثرت جماع۔ جریان۔ سرعت انزال۔ رقت اخراج منی و مذی۔ کمزوری اعضائے رئیسہ۔ کمزوری اعصاب۔ ذکاوت حس وغیرہ کا پورا پورا علاج ہو جہاں تک ہم کو معالجات سے واسطہ پڑا ہے۔ ان کے دوران میں ہم کو بار بار یہ تجربہ ہوا ہے کہ ان گمنام مفرد ادویات کے ناجائز استعمال نے مریضوں کی حالت بد سے بدتر کر دی ہے اور ان کے علاج معالجہ میں نسبتاً زیادہ مدت کے صرف ہوتی ہے۔ کیونکہ ان ناجائز ادویات کا استعمال مرض کو اور بھی پیچیدہ بنا دیتا ہے اور بعض اوقات تو ان سے ایسا سخت نقصان پہنچتا ہے کہ مریض مایوس ہو جاتے ہیں۔

دوئم اغلام کے نقصانات

اغلام کے نقصانات جلق سے اکثر زیادہ ہیں روحانی قوت اس سے بہت ہی زیادہ کمزور ہو جاتی ہے۔ اگر جلوق کے چہرہ پر زردی اور آنکھوں سے شرم و حیا ٹپکتا ہے۔ تو اغلام کے عادی کے چہرہ پر سیاہی پھیلتی جاتی ہے۔ اس کے چہرہ پر کبھی

بھی بشاشت پیدا نہیں ہوتی اُس کی دماغی حالت اس درجہ کمزور اور عقل اس قدر کمزور ہو جاتا ہے کہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے۔ اغلام کے وقت اِس قسم کی سخت رگڑ اور حرکت ہوتی ہے اور گندہ فضلہ کے رگوں اور پٹھوں میں جذب ہونے سے کچھ عرصہ بعد اس قسم کی کمزوری اور نامردی پیدا ہوتی ہے کہ جسے اطبائے متقدمین نے لاعلاج لکھا ہے۔ اگر جلوق میں کسی قسم کی طاقت باقی یا انتشار ہوتا ہو تو وہ کبھی جماع پر قادر بھی ہو سکتا ہے۔ لیکن اغلام کے عادی انتشار ہونے پر جماع کی قوت باقی نہیں رہتی۔ کیونکہ اس کے عضو مخصوص کو اغلام کی عادت ہوتی ہے۔ اس لئے اُس کا انتشار فوراً جاتا رہتا ہے اور اُ کو عورت سے سخت شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے۔ باقی نقصانات قریباً وہ جو جلوق میں پائے جاتے ہیں۔

سوئم۔ کثرتِ جماع

جماع کی دو اغراض ہیں۔ اول اولاد کا پیدا کرنا دوئم خواہش کا پورا ہونا یہ دونوں امور طرفین کی صحت کے ٹھیک ہونے پر موقوف ہیں۔ مادہ منویہ کے جسم میں کافی طور پر فالتو موجود ہونے شہوت صادق بغیر کسی بیرونی تحریک کے پیدا ہونے کے بعد جب جماع کیا جائے اور فراغت کے بعد جسم میں ہلکا پن چستی صفائی و رونق طبیعت میں خوشی و سرور پیدا ہو تو یہ جماع صادق ہے گویا اس وقت جماع کرنا صحت بدنی کے واسطے ضروری و لازمی تھا۔ اکثر اس قسم کا جماع نطفہ قرار پانے کا موجب ہوا کرتا ہے۔ لیکن اگر بغیر ضرورت حقیقی شہوت منی کے ناقص کمزور یا جزو بدن ہونے سے قبل بار بار ضائع کیا جائے تو اس کے بعد زردی چہرہ۔ کمزوری سستی۔ کاہلی اور طبیعت میں غم و بوجھ سا پیدا ہو تو یہ جماع غیر صادق تھا۔ اس سے اجتناب لازم ہے۔ ورنہ اس سے کمزوری شدید نامردی۔ فالج۔ لقوہ۔ استسقا۔ مرگی۔ رعشہ۔ کمزوری۔ ضعف بصارت نسیان اختلاج القلب۔ ضعف معدہ۔ لاغری و گرمی گردہ۔ دق و سل جیسے امراض

موت کا سامان پیدا کر دیتے ہیں۔

کثرتِ جماع سے نقصانات

جلق و اغلام کے بعد کثرتِ جماع سے نقصانات پہنچتے ہیں اور کچھ عرصہ بعد قریباً ویسی ہی حالت پیدا ہو جاتی ہے۔ جو اُن دو بُرے افعال سے پیدا ہوتی (ہے)۔ اس کی عادت سے اول قوتِ حافظہ یعنی محسوس کرنے والی قوت کم ہو جاتی (ہے)۔ دوم نسیان کا عارضہ پیدا ہوتا ہے۔ سوم ضعفِ بصارت۔ چہارم کانوں (کی سم)اعت کم ہو جاتی اور ہر وقت اُن میں آوازیں سی آتی رہتی ہیں یا خشکی پیدا (ہو ج)اتی ہے۔ پنجم ضیق النفس، صرع، رعشہ، فالج و جوڑ و کمر کا درد پیدا ہو جاتا ہے (شش)م حرارتِ عزیزی حرارت گردہ و سودا طبیعت میں ترقی پکڑتا ہے۔ ہفتم تپ اور تپِ دق و سل پیدا ہوتی ہے۔ ہشتم۔ سر اور مونچھوں و داڑھی کے بال (گر)نے لگتے ہیں۔ نہم دائمی قبض۔ قراقر۔ بدہضمی۔ ضعفِ اعضا و گندہ ذہنی پیدا (ہو)تی ہے۔ دہم۔ ضعفِ باہ۔ جریان۔ سرعتِ انزال اور نامردی پیدا ہوتی ہے

(چہ)ارم ناجائز تعلق اور اُس کے نقصانات

ناجائز تعلق سے ہماری مراد غیر منکوحہ عورت سے جماع کرنا ہے اکثر یہ فعل (با)زاری عورتوں سے کیا جاتا ہے کبھی اس ناجائز فعل سے مریض دائمی نامردی میں (مبت)لا ہو جاتا ہے۔ مثلاً وہ اس فعل میں مشغول تھا کہ کسی غیر آدمی کے آجانے پر (ا)س کو جلدی سے علیحدہ ہونا پڑا کبھی کسی سبب سے اس کو بخوبی انتشار بھی نہیں (ہو)نے پایا اور اس بازاری عورت نے اس کا مذاق اڑایا اور اس کی قوتِ باہ (کے) کم ہو جانے کا طعنہ دیا پس فاعل پر اس قسم کی گفتگو کا ایسا اثر ہوا کہ وہ ضعفِ (باہ کی) ایک خاص قسم میں مبتلا ہو گیا۔ اور ہر دم اُس کو خوف رہنے لگا کہ وہ کہیں پھر (و)قت پر ناکام نہ رہے۔ اسی خیال میں وہ جوں غیر ضروری ادویات کھاتا رہتا ہے

دوسرے وہ ایک جماع میں زیادہ مدت کا فاصلہ قائم نہیں رکھ سکتا۔ تیسرے ایک ہی رات میں کئی کئی بار جماع کرنا چاہتا ہے چہارم جماع کے لئے ایسے طریقے ایجاد کرتا ہے جو سراسر غلط ناجائز اور نقصان دہ ہیں۔ پانچویں وہ محرک ادویات و مخدر اشیاء و نشہ والی چیزوں کا عادی ہو جاتا ہے۔ چھٹے وہ آتشک و سوزاک جیسی دو نامراد امراض کو وہاں سے حاصل کرتا ہے

کوک شاستر بالکل غلط ہیں

ہندوستان میں سب سے اول اس خیال کا موجد کہ کوک شاستر بالکل غلط ہیں احقر ہی ہے۔ کیونکہ یہ خیال فسانہ اور قصہ ہے۔ اور آج اس کے معنے لکھنے اور شائع کرنے والے بتلائیں کہ اس کی باتیں کہاں تک صحیح ہیں۔ میں نے بہت سی قلمی مطبوعہ اور غیر مطبوعہ دستی اور چھاپہ کی تصویر والے کوک شاستر دیکھے ہیں لیکن کامل غور و خوض اور مختلف اشخاص سے تجربہ کرانے کے بعد میں اس نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ یہ حقیقت میں غلط ہیں۔ ان میں جس قسم کے آسنوں یا طریقوں کا تذکرہ ہے یہ مضر صحت اور بالکل فضول ہیں۔ عورت کی خوشنودی کی ادویات اور طریقے غلط ہیں۔ اس سے ضعفِ باہ کمزوری اور نامردی پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے ان پر ہرگز ہرگز اعتبار کر کے نقصان نہ اٹھائیں۔

قوتِ باہ کی حرص بڑھتی جاتی ہے

اگر ہم ایک سو آدمیوں سے پوچھیں کہ اُن کی باہ کی قوت کم ہے یا پوری ہے تو ہمارے خیال میں کم از کم ۹۰ آدمی تو ضرور یہی کہیں گے کہ ہماری قوت کم ہے۔ لیکن حقیقت میں اُن میں ۶۰ آدمی جماع کے قابل ہوں گے اور وہ اپنی اپنی منکوحہ بیوی کی خواہش کو پورا کر سکتے ہوں گے لیکن بوجہ بعض غلط (فہمیوں) کے وہ اس کو کم طاقتی سمجھ کر اور بھی زیادہ کے خواہشمند ہوں گے یہی وجہ ہے کہ

دوسرے وہ ایک جماع میں زیادہ مدت کا فاصلہ قائم نہیں رکھ سکتا۔ تیسرے
ایک ہی رات میں کئی کئی بار جماع کرنا چاہتا ہے چہارم جماع کے لئے ایسے
طریقے ایجاد کرتا ہے جو سراسر غلط ناجائز اور نقصان دہ ہیں۔ پانچویں وہ
ممسک ادویات و مخدر اشیاء و نشہ والی چیزوں کا عادی ہو جاتا ہے۔ چھٹے
وہ آتشک و سوزاک جیسی دو نامراد امراض کو وہاں سے حاصل کرتا ہے

کوک شاستر بالکل غلط ہیں

ہندوستان میں سب سے اوّل اس خیال کا موجد کہ کوک شاستر
بالکل غلط ہیں احقر ہی ہے۔ کیونکہ یہ خیال فسانہ اور قصہ ہے۔ اور آج اس کے
معنے لکھنے اور شائع کرنے والے بتلائیں کہ اس کی باتیں کہاں تک صحیح ہیں۔
میں نے بہت سی قلمی مطبوعہ اور غیر مطبوعہ دستی اور چھاپہ کی تصویر والے کوک شاستر
دیکھے ہیں لیکن کامل غور و خوض اور مختلف اشخاص سے تجربہ کرانے کے بعد میں اس
نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ یہ حقیقت میں غلط ہیں۔ ان میں جس قسم کے آسنوں یا طریقوں
کا تذکرہ ہے یہ مضر صحت اور بالکل فضول ہیں۔ عورت کی خوشنودی کی ادویات
اور طریقے غلط ہیں۔ اس سے ضعف باہ کمزوری اور نامردی پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے
ان پر ہرگز ہرگز اعتبار کرکے نقصان نہ اٹھائیں۔

قوت باہ کی حرص بڑھتی جاتی ہے

اگر ہم ایک سو آدمیوں سے پوچھیں کہ ان کی باہ کی قوت کم ہے یا پوری
ہے تو ہمارے خیال میں کم از کم ۹۰ آدمی تو ضرور یہی کہیں گے کہ ہماری قوت
کم ہے۔ لیکن حقیقت میں ان میں ۹۰ آدمی جماع کے قابل ہوں گے اور وہ
اپنی اپنی منکوحہ بیوی کی خواہش کو پورا کر سکتے ہوں گے لیکن بوجہ حرص [illegible]
کے وہ اس کو کم طاقتی سمجھ کر اور بھی زیادہ کے خواہشمند ہوں گے یہی [illegible] ہے کہ

امساک کے لئے ہر شخص مضطرب نظر آتا ہے۔ ایک آدمی جس کی منی صالح و کثیر
ہو اور جسم پر برودت کا غلبہ نہ ہو وہ زیادہ سے زیادہ چار منٹ میں اپنی مراد کو
پہنچ سکتا ہے بلکہ اکثر دو تین منٹ بھی کافی ہوتے ہیں۔ لیکن ہمارے خیال میں
صحیح مدت سات آٹھ منٹ تک ہے۔ اس سے زیادہ وقت خرچ ہونے پر
طبیب کو یہ دیکھنا پڑتا ہے کہ مریض کس علت میں مبتلا ہے۔ کہیں برودت اس
کے مثانہ اور گردوں پر غالب تو نہیں آگئی یا کسی سبب سے منی ہی کم مقدار
میں پیدا ہوتی ہے۔ وہ لوگ جو ایک ایک گھنٹہ اور آدھ آدھ گھنٹہ امساک کے
متلاشی نظر آتے ہیں وہ نہیں سمجھتے کہ اس سے گردوں و اعصاب کو کس قدر
نقصان پہنچتا ہے۔ اور اس قسم کی ادویات ایسی خطرناک نامردی و ضعف
باہ پیدا کرتی ہیں جس کو بعض نامور اطبا نے بھی لاعلاج قرار دیا ہے۔

ناجائز تعلق کا سب سے خراب نتیجہ

سوزاک و آتشک

جیسا کہ گذشتہ اوراق میں لکھ چکے ہیں بازاری عورتوں سے تعلق
رکھنے کا نتیجہ آتشک و سوزاک دو نہایت نامراد امراض ہیں جو ہمارے خیال میں
انسانی نسل و صحت کو برباد و تباہ کرنے کے لئے مثل آگ یا زہریلے سانپ کے
ہیں۔ ان دونوں کے متعلق چند سطور لکھنے یہاں ضروری معلوم ہوتے ہیں۔
تاکہ یہ تحریر ہر طرح سے آپ کو فائدہ پہنچا سکے

آتشک

آتشک:۔ اس کی تین اقسام ہیں۔ آتشک حقیقی۔ آتشک غیر حقیقی و
آتشک موروثی۔ آتشک کو کئی ناموں سے عوام پکارتے ہیں۔ آتشک حقیقی
کو مادہ آتشک اور آتشک غیر حقیقی کو نر آتشک کہتے ہیں۔ اور آتشک موروثی بھی

انہی دونوں میں سے کوئی قسم ہے۔ لیکن ہم ہمیشہ اس کو ایک علیحدہ قسم سمجھتے ہیں
اس کے علاوہ باد فرنگ سفلس سوزنٹ۔ ہارڈ شنکر آبلہ۔ فرنگ۔ باد گرمی وغیرہ
سب آتشک کے ہی نام ہیں۔

یہ ایک متعدی بیماری ہے جو مریض آتشک سے مجامعت کرنے یا
اس کا بوسہ لینے یا اس سے میل جول رکھنے پر پیدا ہوتی ہے یا مریض دایہ کے بچہ
کو دودھ پلانے یا اس کے والدین کے مرض آتشک میں مبتلا ہونے سے مولود
بھی اسی مرض میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اول مواد لگنے کی جگہ پر ایک پھنسی سرخ
پیدا ہوتی ہے۔ یا چند پھنسیاں پیدا ہوتی ہیں جو بعد میں زخم بن جاتیں اور آہستہ
آہستہ جسم کے اندر گھستی جاتیں اور گوشت کو کاٹتی چلی جاتی ہیں۔ مرض لگ جانے
کے دو تین مہینہ بعد جسم پر سرخ سرخ دانے پھنسیاں وغیرہ نکل آتی ہیں۔ اور
بعض کنجران اور حلق کے غدود۔ نیز مقعد کی جگہ گلٹیاں سی ابھر آتی ہیں۔ ان میں
درد بھی ہوتا ہے۔ اگر یہ مرض چھوت لگنے کے دس دن سے لے کر دس ماہ بعد
تک ظاہر ہوتا ہے۔ جب جسم پر دانے نکل آتے ہیں۔ تو اس وقت آتشک
درجہ دوم کی حالت میں پہنچ جاتا ہے۔ ان دنوں مریض سخت کمزور پست ہمت
لاغر اور مدقوق شکل کا معلوم ہوتا ہے اس کے تمام جسم میں درد رہتا ہے۔ خون
ناقص ہو کر چہرہ زرد مائل بہ سیاہی نکل آتا ہے۔ جب یہ علامات بھی جاتی ہیں
تب آتشک درجہ سوم و چہارم کی علامات پیدا ہوتی ہیں۔ ان ایام میں حلق
یا ناک میں سوراخ ہو جاتے ہیں یا دانت کمزور ہو جاتے اور ہلتے رہتے ہیں۔
جوڑوں میں درد ہوتا ہے آنکھیں کمزور ہو جاتی اور سرخ رہتی ہیں سر کے بال
گر جاتے ہیں۔ جسم پر کئی قسم کے ناسور چنبل اور زہریلے زخم بن جاتے ہیں۔
جن سے سالہا سال تک مواد نکلتا رہتا ہے جسم پر سے بھوسی اترتی رہتی ہے
یا جسم پر موٹی موٹی گلٹیاں سی نمودار ہو جاتی ہیں۔ مریض لنگڑا کر چلتا ہے
اس کو جنون رعشہ وغیرہ امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔

ضروری ہدایات

(۱) مرض کی حالت میں ہرگز ہرگز اپنی منکوحہ بیوی سے جماع نہ کریں ورنہ وہ بھی
اس مرض میں مبتلا ہو جائے گی (۲) اپنے گناہوں سے توبہ کر لیں اور اس وقت
تک برابر علاج کرتے رہیں جب تک تم کو شفا حاصل ہونے کا یقین نہ ہو جائے (۳)
اگر کسی قسم کی معمولی کسر بھی باقی رہ جائے تو اس کو ضرور دور کر لیں (۴) تندرست
ہو جانے کے ایک یا ڈیڑھ سال بعد تک (اگر پھر آتشک) کے زخم یا علامات نمودار
ہوں تب اپنے آپ کو پورا تندرست سمجھیں (۵) کسی لائق طبیب سے باقاعدہ
علاج کرائیں اور جاہل وعطائی ڈاکٹروں کے پھندے میں پھنس کر زہریلی ادویات
کھا کر اپنی زندگی کا ستیاناس نہ کر لیں (۶) یاد رکھیں کہ یہ مرض نسلاً بعد نسل
رہنے والا اور انسان کی زندگی اور صحت کو تباہ کرنے والا ہے اس لئے اس کے علاج
میں کسی قسم کی کوتاہی نہ کریں۔

سوزاک

اس کو گنوریا۔ بلیوریا سوزش مجری البول۔ حرقت البول و سوزاک۔
سوزش مجرا و دکھوترا بھی کہتے ہیں۔

سوزاک اصل میں ایک زخم کا نام ہے جو پیشاب کی نالی میں کسی جگہ شروع
ہو جاتا ہے۔ اکثر یہ زخم ابتدا میں سپارہ اور حشفہ قضیب کے درمیان ہوتا ہے
جب مریض پیشاب کرتا ہے تو زخم پر لگنے سے جلن، دکھن اور درد ہوتی ہے جس
سے مریض مارے تکلیف کے چیختا چلاتا ہے۔ کبھی پیشاب رک جاتا ہے اور مریض
کی جان پر بن جاتی ہے۔ کبھی مجامعت کے بعد فوراً اور کبھی دو چار یوم بعد یہ
تکلیف شروع ہوتی ہے پیپ گاڑھی کبھی پتلی زرد۔ سبز رنگ بہنے لگتی ہے
قضیب و خصیتین متورم ہو جاتے ہیں کہ چلنا پھرنا مشکل ہو جاتا ہے اگر اس پر کپڑا
بھی لگ جائے تو برداشت نہیں ہو سکتا۔ پیشاب کی نالی پیپ کے جم جانے سے بند

ہو کر پیشاب کو روک دیتی ہے۔ اور جب زور لگانے سے پیشاب کیا بھی
تو کئی دھاروں میں نکلتا ہے۔ رات کو انتشار بوجہ حس کے بڑھ جانے کے
ہوتا ہے جس سے مریض کو سخت درد و تکلیف ہوتی ہے۔ یہ حالت اکثر ایک
سے لے کر دو ماہ تک جاری رہتی ہے۔ پھر کچھ علاج معالجے سے یا ایسے
شدید تکالیف کم ہو جاتی ہیں اور آہستہ آہستہ اس کا زہر جسم میں اپنا گھر
لیتا ہے۔ اگر علاج معالجہ بہتر طور پر ہو گیا تو خیر ورنہ پھر قرحہ ہو جاتا ہے۔

قرحہ

جب سوزاک کی ابتدائی سخت علامات دور ہو گئی ہوں مگر کچھ نہ کچھ تکلیف
ہر وقت باقی رہتی ہو تو اکثر بے احتیاطی اور بد پرہیزی سے قرحہ کی حالت
پیدا ہو جاتی ہے۔ اس حالت میں اکثر تھوڑی سی تکلیف یا بغیر تکلیف
صرف ایک دو قطرے پیپ کی ہر روز احلیل کو دبانے سے نکلا کرتی ہیں۔
زیادہ گرم و تیز اغذیہ و مصالحہ کے کھانے سے پیشاب میں کچھ جلن سی پیدا
جاتی ہے۔ کبھی اس زخم میں چھوٹے چھوٹے ریشے اور گوشت کی تاریں جو پیپ
وغیرہ کے اکٹھا ہونے سے بن جاتی ہیں۔ ایک زخم سا بن کر سخت ہو جاتا
اس کو انقباض یا سکیڑ کہتے ہیں۔ یہ گویا قرحہ کی انتہائی حالت ہے۔ اس وقت
پیشاب رک جاتا ہے۔ اور مریض کے مر جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اگر مرض خف[یف]
ہو تو پیشاب کی کئی دھاریں اور رک رک کر اور بار بار آتا ہے

سوزاک کے اسباب:۔

(۱) مریض سوزاک سے مجامعت (۲) دوران حیض میں مجامعت (۳) گرمی جگر و گ[ردہ]
سے سوزاک (۴) مریضان سوزاک سے چھوت چھات (۵) رات کو احتلام سے م[نی]
رک جانا (۶) لوگ شہوت کے غلط و تباہ کن ناجائز طریقوں کے مطابق مجامعت
(۷) کثرت مجامعت (۸) پیشاب کو بار بار روکنا (۹) چندہ وغیرہ پر پیشاب ک[رنا]
(سوزاک کے متعلقات) سوزاک سے سوزش قضیب۔ بدکا پیدا ہونا۔ سوزاک س[ے]

…تھا۔ سوزاک کے دب جانے یا بعد میں یا زہریلی ادویات کے استعمال سے
…ں کا ورم سوزاک کے بعد نامردی وغیرہ امراض بھی پیدا ہو سکتے ہیں۔

مریضان سوزاک کو ضروری ہدایات

(۱) اس مرض کا علاج خاص احتیاط اور توجہ سے کریں (۲) اگر تھوڑی دیر
دوائی سے آرام آ جائے تو کچھ عرصہ تک علاج و پرہیز کو نہ چھوڑیں (۳) یاد رکھیں
…اک تمام امراض جسم انسانی سے زیادہ خراب و پیچیدہ ہے (۴) معمولی و تھوڑی
…پیپ بغیر تکلیف کے آنے کی حالت میں علاج سے غفلت نہ کریں (۵) سوزاک
…ریضان و نامردی و دق بھی پیدا ہو جاتی ہیں (۶) سوزاک کی حالت میں کبھی جماع
…ں ورنہ مرض بڑھتا جائے گا اور ساتھ ہی اپنی بیوی کو بھی اسی عذاب میں مبتلا
…ں گے (۷) تیز گرم مصالحہ زیادہ نمک اور کڑوا تیل بیسن مچھلی شراب وغیرہ چیزوں
…پرہیز کریں۔

…ب سے آخر میں ہم نامردی کے متعلق چند خیالات ظاہر کرنا چاہتے ہیں
…دی کے معنے اصل میں یہی ہیں کہ مریض فعل مجامعت پر قادر نہ ہو یا اولاد
…کرنے کے قابل نہ ہو تو اس کو ہم نامرد کہتے ہیں۔ نامردی کے اسباب
…ب ذیل ہیں ۱۔ جلق ۲۔ اغلام ۳۔ جریان ۴۔ کثرت جماع ۵۔ سوزاک
…تک ۷۔ حاصل کردہ امراض ذیابیطس وغیرہ ۸۔ کمزوری معدہ ۹۔ بڑھاپا ۱۰۔
…شاب کا کمزور ہو جانا ۱۱۔ وہم یا خوف کی وجہ سے نامردی ۱۲۔ متفرق اسباب

شیخ الرئیس کا خیال: اول عضو مخصوص میں استرخا پیدا ہونا۔ دوم سوء مزاج
…ب یا مزاج تو ہوت کے خصیتین یا اوعیہ منی میں لاحق ہو یا منی بکثرت ہو
…برودت کا غلبہ ہو۔ اس حالت میں رات کو احتلام بکثرت ہو جاتا ہے۔ سوم اعضائے
…کمزور ہو گئے ہوں۔ مثلاً قلب کو دماغ۔ یا گردوں کا انقطاع ہو گیا ہو یا جگر کی
…ے مادہ منی کا منقطع ہو یا دماغ میں حس ہی نہ پیدا ہو یا گردے یا عضو مس…
مرض گردہ مثل ذیابیطس وغیرہ کے ہوں۔ چہارم ریح کثیر پیدا ہو مگر نفخ پیدا

کرے اور سوء مزاج باردگی صورت اختیار کرے اور اعتدال سے تجاوز نہ کرجائے
چہارم عضو مخصوص میں مرض پیدا ہوجائے بوجہ جلق یا اغلام یا ہوائے سرد و گرم کا لگنا
یا کسی اپریشن یا اپریشن بواسیر وغیرہ سے کہ اس کے اعصاب یعنی پٹھوں کو بھی
تکلیف و نقصان پہنچے۔ جہاں تک ہمارا تجربہ ہے۔۔ امریضان نامردی میں سے
کو ضرور شہوت بوجہ ورم یا مس غدہ قدامیہ یا جریان سا واقع ہوتا ہے۔

امراض مخصوصہ مردان میں علاج کرنیکا طریقہ

مردوں کے خاص امراض جن میں ضعف باہ جلق اغلام کی وجہ سے کمزوری
پیدا ہوچکی ہو۔ اغلام۔ سرعت انزال حس کا بڑھ جانا۔ سوزاک۔ آتشک۔ جریان۔ ذیابیطس
و نامردی وغیرہ شامل ہیں۔ چند اصول کا مدنظر رکھنا چاہئے۔ سب سے بڑا اصول
یہ ہے کہ معالج ایسا تلاش کریں جس کو اس مرض کی جملہ شاخوں ان کے اسباب
علامات و معالجات پر پورا پورا عبور ہو جس کو مدت سے سینکڑوں مریضوں کا باقاعدہ
علاج کرنے اور اس کی وجہ سے بہترین تجربہ حاصل کرنے کا موقع ملا ہو۔ جو صرف ایک
دوائی سے اندھا دھند ہر قسم کے مریضوں کو بغیر سوچے سمجھے تباہی کے گھاٹ اتارتا
جاتا ہو بلکہ باقاعدہ تشخیص کے بعد مسلسل علاج کے ذریعہ سے مکمل صحت پیدا کرنے
کی کوشش کرتا ہو۔ دوم جو امراض سالہا سال کی خرابیوں اور روپیہ و عزت کی بربادی
قیمتی وقت اور قیمتی زندگی کی تباہی کے بعد حاصل کی گئی ہوں۔ ان کو ایک دو ہفتہ
میں درست کر دینا بالکل ناممکن ہے جو شخص اس بات کا دعوے کرتا ہے وہ جھوٹا
اور فریبی ہے اس لئے ایسی امراض کا علاج باقاعدہ طریقہ سے کرائیں جس میں
اول اسباب مرض کو تلاش کرکے اُن کا علاج کیا جائے پھر مقوی ادویات
کھلائی جائیں اور اس وقت تک سلسلہ علاج کو جاری رکھا جائے جب تک کہ صحت
کامل نہ ہوجائے۔ یاد رکھیں کہ دس پانچ سال کی بے اعتدالیوں کے نقصانات کی
تلافی کے لئے دو چار ہفتہ پرہیز و علاج پر صرف کر دینا کوئی بڑی بات نہیں۔ نیز جو
لاکھوں روپیہ سے زیادہ قیمتی چیز ہے اور بیخ ضائع کی ہے اس کو جسم میں واپس لانے

ب جا دوائی یا دوبارہ حقیقی زندگی حاصل کرنے کے لئے کچھ رقم صرف کرنی
ے تو اس سے دریغ نہ کریں کیونکہ یہ کام دو چار روپیہ میں حاصل نہیں ہو
تا ورنہ تمام دنیا اس قسم کی امراض کا گھر ہی ہوئی نہ ہوتی۔ سوم حفظ ما ت
صحت کو قائم رکھنے کے لئے ہر سال کم از کم ایک مہینہ ضرور پرہیز کا ملحوظ رکھنا
ے جس میں سال بھر کی کمزوری اور نقصانات کی تلافی کی پوری پوری
شش کی جائے تو تندرست آدمی بڑھاپے تک بالکل جوانوں کی طرح
زندگی بسر کرسکتے ہیں۔

امراض مردانہ کا شافی علاج

امراض مردانہ کے متعلق جس قدر کتابیں شائع ہو چکی ہیں۔ ان کی تعد
ایک سو سے زیادہ ہے۔ اس کے علاوہ ہر طبی کتاب میں اس عنوان کے تحت
میں بالتفصیل معالجات کا ذکر ہے۔ ان معالجات پر غور و خوض کرنے سے معلو
ہوتا ہے کہ بیشتر نسخہ جات پرانی کتابوں سے نقل شدہ ہیں جنہیں آزمانے
یا بنانے کا اطبا کو بہت کم اتفاق ہوا ہوگا۔ ان میں گدھے کا مغز۔ گدھے کا پیشا
گدھے کے ...... پر لگائی ہوئی جونکوں کا سفوف۔ شاہ دیمک۔ انسان کی
قے میں سے نکلے ہوئے کیچوے مرغ کا کلغہ۔ ریچھ کا ناڑہ۔ شیر کی چربی مگرمچھ
کا پتا۔ ہاتھی کی مستی۔ مینڈک کی مستی۔ مغز چڑا۔ سانپ کا زہر افعی کا پتا بیل کے
ناڑہ کا برادہ۔ ناخن اسپ سیاہ و خر سیاہ کے علاوہ روغن چربی روغن دستورہ
اور خدا جانے کیسی کیسی ناپاک اور ناممکن الحصول اشیاء کی آمیزش ہوتی ہے
کہ جن اشیاء کا دستیاب ہونا ہی مشکل ہوتا ہے۔ اگر کبھی بڑی محنت اور جستجو
سے کوئی چیز مہیا بھی ہو جائے تو اس کے فوائد ان مبالغہ آمیز الفاظ کے مقابل نفع
کے برابر ہوتی ہے۔ اس قسم کے نسخوں کی اشاعت میں تمام طبیب حصہ لیتے رہے
ہیں۔ اور میں بھی ایک حد تک ان کا گنہگار ہوں۔ لیکن مجھ سے جہاں تک ہو
سکا میں نے ان چیزوں کو خارج کیا۔ اور لکھا تو ایسی چیزوں کو جو حاصل ہو سکیں

اطبا کا فرض ہے کہ وہ ان امراض کے معالجات کے لئے ایسے نسخہ
جات مرتب کریں جو سہل الحصول ہوں۔

امراض مردانہ کے علاج کے قواعد

مریض کا علاج کرنے سے پیشتر یہ دیکھ لینا ضروری ہے کہ مریض اور
کون کون سے امراض میں مبتلا ہے۔ اگر تپ دق یا بواسیر سوزاک یا آتشک میں سے
کسی میں گرفتار ہے تو سب سے اول اس کا علاج کیجئے۔

اس کے بعد ان امراض کو ڈھونڈیئے جن کا تعلق باہ کی کمزوری سے ہے

مثلاً ضعف معدہ۔ ضعف جگر۔ ضعف قلب۔ ضعف دماغ اور ذکاوت
حس وغیرہ۔

پہلے چار امراض سے اکثر اصحاب واقف ہیں مگر ذکاوت حس کے متعلق
کچھ لکھنا ضروری معلوم ہوتا ہے۔

ذکاوت حس

سے مراد یہ ہے کہ انسان میں خواہش کا زود پیدا ہو چکی ہو یعنی اسے
معمولی سی تحریک سے خواہش جماع پیدا ہو۔ لیکن وہ فعل جماع بخوبی کرنے
پر قادر نہ ہو۔ مذی یا منی بکثرت فوراً خارج ہو جاتی ہے۔ خواہش بار بار پیدا
ہوتی ہے اور فوراً زائل ہو جاتی ہے۔ اور اس کے بعد سخت کمزوری محسوس
تصویر عریاں تصویر۔ کسی عورت کو دور سے دیکھنے پر بھی اس کے جذبات
میں تحریک پیدا ہوتی ہے۔ اس قسم کے مریضوں میں احتلام جریان رقت
منی اخراج منی بغیر ارادہ وغیرہ امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ کمزوری کے تمام
مریضوں میں ذکاوت حس کا کوئی نہ کوئی درجہ ضرور ہوتا ہے۔ اگر معمولی شکایت
ہوئی تو جریان۔ اس سے زیادہ ہوئی تو احتلام بھی اور آخری میں اخراج منی
بغیر ارادہ وغیرہ ہے۔ اس لئے ان مریضوں کا معالجہ شروع کرنے سے قبل اگر
ذکاوت حس کی کوئی صورت موجود ہو تو اول ان کا علاج کیجئے۔ اور میں ان
کے لئے اپنے قیمتی تجربہ اور بارہا کے آزمودہ نسخہ جات بلا بخل درج کرتا ہوں۔

ذکاوت حس جب انتہائی درجہ میں پہنچی ہوئی ہو تو

پوٹاسیم برومائڈ ایک دوا جو ہر انگریزی دوا فروش سے مل سکتی ہے۔

۵ گرین دو بجے شام اور ۔ ا گرین رات کو سوتے وقت دیا کریں۔

اگر احتلام جریان اور رقت وغیرہ بھی ہو تو یہ نسخہ بنا کریں۔

پوٹاسیم برومائیڈ　گرین ۱۰۰
ایکسٹریکٹ بیلاڈونا　۲۰
کیمفر　۱۰۰

ان کو ملا کر گولیاں بقدر نخود کے تیار کریں اور ایک دو ہفتہ تک ایک

گولی ہر رات کو سوتے وقت دیا کریں۔ انہیں گولیوں کو بعض دوکاندار
کے شیرہ کی ملاوٹ اور دوسرے لمبے لمبے نسخوں کے نام سے فروخت
ہیں۔ لیکن حقیقت میں دوائیں یہی ہوتی ہیں۔ طول عمل محض اس لئے
جاتے ہیں کہ لوگ خود بنانے کی بجائے انہیں سے طلب کرتے ہیں۔

صرف جریان کی حالت میں یہ نسخہ لاجواب ہے۔ میں نے سینکڑوں
مریضوں کا اس سے علاج کیا اور بہت فائدہ ہوا ہے۔ جریان کے سفوف
اس کثرت سے کتابوں میں درج ہیں کہ کسی کو غلط کہنا ناممکن ہے۔ مگر
حقیقت یہ ہے کہ یہ معمولی سے اجزا سینکڑوں طویل نسخوں سے بہتر

پوست خشخاش ۵ تولہ۔ تال مکھانا ۵ تولہ۔ بیج بند ۵ تولہ۔ موصلی
۵ تولہ۔ ثعلب مصری ۵ تولہ۔ موچرس ۵ تولہ۔ بیدوس اسبغول ۵ تولہ
سرما ہو تو زعفران اصلی تین ماشہ۔

تمام دواؤں کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر باہم ملا کر سفوف تیار
لیں۔ اس سفوف میں سے ۵ ماشہ صبح ۵ ماشہ عصر کے وقت دودھ
جس کو نیم گرم کر لیا ہو مصری ملا کر دیں۔ اگر دودھ کا ونٹے تو بجری کے
یا پانی سے بھی دے سکتے ہیں۔

جریان کی ایک اور حالت ہوتی ہے۔ اس میں کثرت سے منی پانی
کی طرح سے پتلی ہو کر بہتی رہتی ہے۔ عورتوں میں کثرت سیلان کے لئے
بھی نسخہ مجرب ہے۔ اس کے لئے یہ نسخہ دیں۔ میں نے یہ نسخہ ایک فقیر سے لیا
اور تجربہ کی کسوٹی پر بہت ہی فائدہ مند ثابت ہوا۔

شیشم ڈالی پنجابی اس کے پتے سبز ایک مٹھی بھر رات کو ایک پیالہ پانی
بھگو دیں۔ برتن چینی کا ہو۔ صبح مل کر چھان لیں۔ کالعاب نکلے گا۔ اس میں
شکر یا کھانڈ سو تولہ ملا کر صبح پلا دیں۔ نسخہ تو یہی ہے لیکن میں سفید ولایتی کھانڈ
کی ایک ننھی سی ڈبیا ساتھ دیا کرتا ہوں تاکہ مریض کو دوا پر بھروسہ ہو۔ اور
مجرب المجرب نسخہ اطبا کے ہاتھ میں ہی رہے۔ ۵ یا ۱۰ دن تک کافی۔
اس کے استعمال کے دوران میں ہاتھ پاؤں میں سے آگ و گرمی بکثرت نکلے

ے نکلتی ہیں۔ یہ اچھی علامت ہے۔ جس قدر زیادہ گرمی نکلے گی اتنا
ا ہے۔

جریان کے وہ مریض جو انتہائی درجہ میں ہوں۔ ان کے لئے اول شیشم
کا خیساندہ پھر سفوف جریان دینا چاہئے۔ اگر ذکاوت حس بہت بڑھی
تو ان دونوں سے پہلے ذکاوت حس استعمال کرائیں۔

جریان کے مریضوں کی ایک اور قسم ہوتی ہے۔ الکوحلی جرأت آتی
اس کثرت سے کہ ان کے جماع میں حائل ہو جاتی ہے اور نقص پیدا سستی
تی ہے۔ اس کے لئے نسخہ ذیل مجرب ہے۔

کہربا ایک تولہ۔ بہمن ایک تولہ۔ طباشیر تو پہلے ۔ گلنیشیم ۱ تولہ۔ بیخ
۱ تولہ۔ بید انجیر ½ تولہ۔ صمغ عربی ½ تولہ۔ گل ارمنی ایک تولہ۔ کشتہ
۵ ماشہ۔

ان تمام کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر سفوف بنا لیں اور ہم وزن اس کے کھانڈ ملا
لیں۔ اس میں سے بقدر ۵ ماشہ روزانہ دودھ یا شربت بنفشہ سے دیا کریں
روز تک اس کا استعمال کرائیں۔ رفع احتلام کے لئے بھی یہی نسخہ
ا ہے۔

مندرجہ بالا نسخہ جات بارہا کے مجرب اور سینکڑوں نسخوں کے بار بار
ے کا نتیجہ ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ کتابوں میں نسخہ جات بھرے پڑے
لیکن یہ نسخہ جات صحیح ہیں۔

جریان۔ احتلام اور سرعت منی کے اخراج کے متعلق مندرجہ بالا نسخہ جات
ا ہیں۔ اب منی کی اصلاح کے لئے لکھتا ہوں۔

اگر منی رقیق یعنی پتلی ہو تو اس کی تغلیظ کے لئے مندرجہ ذیل نسخہ
روری ہے۔

موصلی سفید ۲ تولہ۔ ثعلب مصری ۲ تولہ۔ مغز بادام مقشر ایک تولہ خشخاش
تولہ۔ مغز پستہ ایک تولہ۔ موصلی سیاہ ایک تولہ۔ مغز بنولہ دو تولہ۔ دانہ الائچی
ایک تولہ۔ چار مغز ۲ تولہ۔ خرمائے ہندی ۲ تولہ۔ بیدوس اسبغول ایک تولہ

روحی حسن

ہر ایک دوا کو علیحدہ علیحدہ باریک کر کے چھان کر ملا لیں۔ اور پھر اس مجموعہ میں سے ۲ تولہ لیں۔ اور ایک پاؤ دودھ کو جوش دیں۔ پھر نیچے اتار کر ۲ تولہ دوا ڈال دیں اور چمچہ سے ہلا کر رکھ دیں۔ سرد ہونے پر مثل کھیر کے ہوگا چمچہ سے ہر روز صبح کو کھایا کریں۔ تغلیظ منی میں اس سے بہتر چیز دوسری نہیں ہو سکتی۔

ایک دوسرا نسخہ معجون کا ہے۔ جو تغلیظ منی میں بہت ہی مجرب ہے۔ حار مزاج کو بھی نافع ہے۔ اور گرمیوں میں برائے تقویت و تغلیظ منی دیا جاتا ہے

مغز بادام شیریں ۵ تولہ۔ مغز تخم خشخاش ۲ تولہ۔ مغز کدو ۲ تولہ۔ مغز تخم خربزہ ۲ تولہ۔ مغز تخم خیار ۲ تولہ۔ مغز تخم بادرنگ ۲ تولہ۔ تخم خرفہ ۲ تولہ۔ کتیرا ۲ تولہ۔ تودری زرد ایک تولہ۔ تودری سرخ ایک تولہ۔ تخم گاجر ایک تولہ۔ سونٹھ ایک تولہ۔ خولنجان ایک تولہ۔ شقاقل ایک تولہ۔ ترنجبین ایک پاؤ۔

ترنجبین کو آدھ سیر پانی میں حل کریں اور چھان لیں اس پانی میں ادویات سے تین گنا وزن کھانڈ ملا کر چولھے پر رکھیں۔ نیچے نرم آنچ ہو۔ اور قوام تیار کریں ہر ایک دوا جو باریک کوٹ چھان کر رکھی ہو۔ اس قوام میں جب وہ نیم پختہ حالت میں ہو ڈال کر چمچہ سے آہستہ آہستہ ہلاتے رہیں۔ لیکن تمام مغزیات باریک پسے ہوئے علیحدہ رکھیں۔ جب دوا معجون کے قوام پر آجائے تو اتار کر اس میں مغزیات ملا دیں۔ اس میں سے بقدر ۶ ماشہ روزانہ کھانا مفید ہے۔

اگر سوزاک یا آتشک کی وجہ سے منی بالکل ناقص ہو چکی ہو تو یہ نسخہ مفید ہوتا ہے۔

شیرہ بہدانہ ۳ ماشہ۔ روغن بادام خالص ۶ ماشہ مصری ایک تولہ

ان کو ملا کر ہر روز صبح کو کھا لیا کریں۔ اس پر تین ہفتہ تک عمل کرنا سوختہ منی میں از سر نو تازہ حیات پیدا کر دیتا ہے۔ پھر معجون تغلیظ منی یا کھیر تغلیظ و مولد منی کھلانی چاہئے۔

پیشتر اس کے کہ میں مقوی ادویات لکھوں ایک نسخہ اور لکھ دینا بھی ضروری ہے۔ یہ نسخہ جریان سوزاکی کے لئے ہے۔ سوزاک سے پیدا شدہ جریان کے لئے مجرب ہے۔ ایسے مریضوں کو سوزاک کی تکلیف کے ساتھ جریان بھی ستاتا ہے

بسا سوزاک اکثر کہنہ ہوتا ہے۔ نسخہ ذیل دیجئے۔

کیرا الکحول۔ کاہو مقشر۔ کشنیز۔ جوالیموو۔ بادیان۔ تخم کاسنی۔ موصلی سفید

بوس اسبغول۔ ستاور۔ دانہ الائچی خورد۔ ہر ایک الکحول۔ گندہ بروزہ خشک ۳ تولہ

شت تمکی پارہ شورہ والا الکحول۔ شورہ مدبر۔ گندھک والا ایک تولہ۔ کھانڈ ہموزن

ادویہ۔ ہر ایک دوا علیحدہ علیحدہ کوٹ کر ملا رکھیں۔ اور اس میں سے بقدر ۵ ماشہ

صبح ۵ ماشہ شام دودھ گاؤ تازہ سے دیا کریں

ذکاوت حس۔ جریان۔ احتلام اور رقت کے دور ہو جانے کے بعد مقوی ادویات کا استعمال ہوتا ہے۔ ورنہ یہ امراض موجود ہوں تو مقوی ادویات نقصان پہنچا کر مریض کو بد سے بدتر کر دیتی ہیں۔

مقوی ادویات

مقوی ادویات میں سے اول طلے مقویات استعمال کرنے چاہئیں۔ مریض کے عضو مخصوص کی حالت بھی خراب ہو تو اول ان ہی پر ٹکور ضرور کر لیں۔ اور اس کے بعد لیپ کی مالش اندر مرض کے لئے مفید ہے۔

ٹکور

ناگ کیسر ۲ تولہ۔ مال کنگنی ۲ تولہ۔ آنبہ ہلدی ۶ ماشہ۔ بابونہ ۲ تولہ۔ عاقر قرحا الکحول لونگ ۶ ماشہ۔ بیر بہوٹی ۲ تولہ۔ موصلی سفید ایک تولہ۔ برادہ عاج ۲ تولہ۔ دار فلفل ۶ ماشہ چھوہارے خشک ایک تولہ۔ تخم بید انجیر۔ ہر ایک دوا کو علیحدہ علیحدہ باریک کوٹ کر چھان لیں اور ملا رکھیں۔ اس میں سے یک ایک تولہ دوا کی دو پوٹلیاں باندھیں۔ اور ایک سیر کے دودھ کو کسی برتن میں آگ پر رکھیں۔ اس میں یہ دونوں پوٹلیاں رکھیں جب ایک پوٹلی گرم ہو جاوے۔ تو اس سے دونوں کے اندر عضو مخصوص کے اوپر اور گرد اور جڑ کے اوپر آہستہ آہستہ ٹکور کریں۔ پوٹلی اتنی گرم نہ ہو کہ جلد کو نقصان پہنچے۔ جب ایک پوٹلی سرد ہو جائے تو اسے دودھ میں رکھیں تاکہ گرم ہو جائے اور اتنی دیر دوسری پوٹلی سے ٹکور کریں۔ یہ عمل ایک گھنٹہ تک روزانہ کیا کریں۔ رات کا وقت اس کے لئے بہتر ہوتا ہے۔ اگر دن کو بھی فرصت ہو تو

ترکی حسن

حرج نہیں۔ دوران عمل میں ہوائے سرد اور سرد پانی کے غسل سے بچنا لازمی ہے
ٹکور ایک ہفتہ یا ۱۲ روز تک کافی ہے۔ دوران عمل میں اگر عضو مخصوص
پر چھوٹے چھوٹے دانے نکل آئیں تو ٹکور بند کرکے گھی میں پیاز جلا کر وہ گھی تھوڑا
تھوڑا لگائیں تاکہ پھنسیاں دانے یا زخم ہوں تو درست ہو جائیں۔
ٹکور کے بعد یہ نسخہ طلا کا مجرب المجرب ہے۔

نسخہ طلا

دارچینی ۹ ماشہ۔ عاقر قرحا ۹ ماشہ۔ خولنجان خشک ایک تولہ۔ مویزج ایک تولہ۔
چھوکرہول ایک تولہ۔ روغن کنیر ۳ تولہ۔ موم سفید ۳ تولہ چربی شیر نر ۳ تولہ۔ زفت رومی
تین تولہ۔

اول چربی و موم و زفت رومی و روغن کنیر کو آگ پر پگھلائیں پھر تمام دوائیں
جو علیحدہ علیحدہ باریک کرکے کپڑے میں چھان لی ہوں اس میں ملاویں (مویزج کو
علیحدہ باریک پیس کر ملائیں) اور دستہ آہن سے کڑاہی یا لوہے کے کھرل میں
چار گھنٹہ تک کھرل کریں کہ مکھن کی طرح سے باریک ہو جائے۔ کھرل شروع
کرتے وقت سم الفار مومیہ بھی شامل کریں۔ ترکیب اس کی تیاری کی یہ ہے۔

ترکیب تیاری سم الفار

سم الفار تیار کرنے کی ترکیب یہ ہے
ایک کڑچھی آہنی میں ایک تولہ سم الفار رکھیں اس کے نیچے خوب آنچ جلائیں اوپر
ابرک کیلے کے تنے کا پانی ڈالتے جائیں۔ پانی اس قدر ڈالا کریں کہ سم الفار تر رہے
جب خشک ہونے پر آئے تو اور ڈال دیں یہاں تک کہ پوری دو بوتل ختم ہو
جائیں۔ اگر سم الفار مومیہ ہو جائے تو بہتر ورنہ اس کو باریک پیس کر اوپر والے
مجموعہ میں شامل کر دیں ہر حال میں مفید ہوگا۔
روغن کنیر نکالنے کی ترکیب یہ ہے کہ گل کنیر سفید ایک پاؤ لے کر انہیں تین
سیر دودھ میں آنچ پر پکائیں۔ جب دو سیر رہ جائے تو فضا میں لگا کر جما
دیں۔ صبح ہو کر مکھن نکالیں اور اس مکھن کو جلا کر گھی بنالیں یہی روغن کنیر ہے۔
زفت رومی خواہ خشک ہو یا تر ملائیں۔

چربی شیر نر ہو اور اصلی ہو۔ ورنہ تو چربی بالکل نہ ڈالنی چاہیے۔ اصل چیز
ہی فائدہ دیتی ہے اس نسخہ کا نام لیپ سیاہ ہے۔
جب تیار ہو جائے تو عضو مخصوص کو کپڑے سے۔ گرم کر کے اس پر ایک سے
دو رتی دوائیں۔ جڑ سے اوپر اور اردگرد نیچے کے اور اگلے حصہ کو بچائیں صبح و
شام لگایا کریں۔ ہوائے سرد اور سرد پانی کے غسل سے پرہیز لازمی ہے۔ جب
ذرا ذرا سے دانے نمودار ہوں بند کر دیں۔ اور صرف روغن زرد (گھی) جس
میں پیاز جلایا ہوا ہو لگائیں۔ جب حالت درست ہو جائے تو لیپ لگانا شروع
کریں۔ یہ عمل دو تین بار کافی ہے۔
ٹکور اور اس لیپ سے عضو مخصوص کی تمام شکایات کجی، لاغری
کمزوری اور سستی کلیۃً دور ہو جاتی ہے۔ اور دیگر جو لیپ اور طلاؤں کے نسخے
ہیں یہ سب سے افضل و اعلیٰ ہے۔ خود ہمارے مطب میں درجنوں طلا تیار ہوتے
ہیں لیکن بہتر یہی ہیں جو درج کر رہا ہوں۔

خوردنی ادویات برائے قوت باہ

ٹکور و لیپ کے استعمال کے بعد یا ان کے دوران استعمال میں ہی جب
آپ جریان و ذکاوت حس وغیرہ دور کر چکے ہوں یا ان امراض کی شکایات نہ
ہو تو خوردنی ادویات برائے تقویت باہ میں سے اگر اول مقوی اعضائے
رئیسہ جس میں قوت کی بھی دوائیں شامل ہوں کھلائیں تو بہتر ہوگا۔
ادویات برائے تقویت اعضائے رئیسہ
مربہ آملہ۔ مربہ سیب۔ مربہ بہی ہر ایک ایک پاؤ۔ ان تمام کی گٹھلی
نکال کر باریک پیس لیں۔ گل سرخ۔ عود جندی۔ مصطگی۔ الائچی خورد۔
زہر مہرہ۔ گل سیوتی۔ پوست ترنج۔ سنبل الطیب۔ طباشیر۔ ابریشم مقرض
خام۔ برادہ صندل سفید۔ زرشک ہر ایک ۹ ماشہ۔ گل گاؤزبان ایک تولہ
کشتہ نقرہ ۳ ماشہ۔ کشتہ صدف ۹ ماشہ۔ ہر ایک دوا علیحدہ علیحدہ باریک کرکے
مربہ جات کو گھوٹ کر ان میں ملا دیں اور دو ورق طلا میں ایک تولہ دوا لپیٹ

کر کھایا کریں۔

معجون مقوی باہ

بہمن سرخ ۵ تولہ۔ بہمن سفید ۵ تولہ۔ خولنجاں ایک تولہ۔ جفت بلوط ۵
تولہ۔ عقرقرحا ایک تولہ۔ حب الآس ۵ تولہ۔ کندر ۵ ماشہ۔ جوزبوا ۵ ماشہ
اقاقیا۔ خصیۃ الثعلب۔ خبث الحدید مدبر۔ تخم شبت۔ سعد کوفی ہر ایک ۹
تخم ترب ۵ تولہ۔ افیون ایک تولہ۔ کھانڈ ۲۵ تولہ۔ شہد ۲۵ تولہ

ہر ایک دوا کو علیحدہ باریک پیس کر کھانڈ اور شہد کا قوام بنائیں ا(ور)
ادویات ملا کر معجون تیار کریں۔ افیون کو زوج کیوڑا میں رات کو بھگو د(یں)
صبح کو حل کر کے چھان لیں اور عطر کستوری ۲ ماشہ ملا کر اتارتے وقت معجون میں
داخل کریں۔ اس کی خوراک تین ماشہ سے ایک تولہ تک ہے۔ چند روز
استعمال کافی ہے۔

حبوب مقوی باہ

جدوار خطائی ایک تولہ۔ زہر مہرہ ۵ ماشہ۔ زعفران ۵ ماشہ۔ دانہ الائچی
خورد ۵ ماشہ۔ دانہ الائچی کلاں ۵ ماشہ۔ سم الفار سفید ۵ ماشہ۔ ابریشم مقرض ایک
تولہ۔ مشک ۳ ماشہ۔ عنبر ۲ ماشہ۔ ورق نقرہ ایک تولہ۔ ورق طلا ۲ ماشہ مروارید
۲ ماشہ کشتہ جواہرات ۲ رتی کشتہ فولاد ۵ ماشہ

تمام ادویات کو علیحدہ علیحدہ باریک کر کے عرق گلاب میں کھرل کر
حبوب بقدر دانہ مونگ کے بنائیں۔ اور نصف سے ایک گولی ہر روز مکھن یا
میں دیں اوپر سے دودھ پلائیں۔ گولی نہار منہ دیں۔ غذا مرغن و چرب ہو
چاہئے۔ ایک دو ہفتہ تک کافی ہے۔

یہ نسخہ واقعی مفید و مجرب ہے۔ اگرچہ قیمتی ہے مگر قوت مردی جیسی
قیمتی چیز کے حصول کے لئے خرچ کچھ اسراف نہیں کشتہ جواہرات کی آسان
ترکیب درج ذیل کرتا ہوں:

تیزاب فاروقی ایک بوتل ریزہ ہیرا ۲ رتی کوئلے ۲ سیر
کوئلوں کو لوہے کی انگیٹھی میں سلگائیں اور چینی کا پیالہ رکھیں اور اس پیالہ

میں کھلے منہ کی آتشی شیشی ولایتی رکھدیں ہیرے کے ریزے آتشی شیشی میں ڈال
دو تولہ کے قریب تیزاب فاروقی ڈالدیں جب پیالہ گرم ہو تو آتشی شیشی بھی گرم ہو جائے
اور تیزاب کھولنے لگیگا۔ اگر تیزاب میں بہت زیادہ جوش آئے تو چند سے شیشی کو
اٹھا کر تھوڑی دیر کیلئے زمین پر رکھیں۔ بس یہی ایک دو منٹ۔ پھر اٹھا کر پیالہ میں رکھ
دیں۔ ہر پانچ سات منٹ کے بعد شیشی اتارنی پڑتی ہے۔ جب تیزاب جل جائے
اور تیزاب ڈال دیں۔ اسی طرح سے عمل کرتے رہیں حتی کہ تمام تیزاب ختم ہو جائے
پھر شیشی اتار کر سرد ہونے کو رکھیں۔

شیشی کے نیچے ایک سیاہی مائل گاد سی ہوگی اس میں ہیرے کے ذرے
ہونگے ان کو مع گاد کے کھرل میں ڈالیں اور تھوڑے دنوں میں وہ باریک ہو جائینگے
پھر تمام ادویات ملا کر دو روز تک عرق کیوڑہ میں کھرل کرتے رہیں۔ پھر حبوب بقدر
دانہ مونگ بنائیں۔

کتابوں میں سینکڑوں نسخہ جات ہیں میری تصنیف طبی تحفہ اور صنعت کیمیا
[illegible]
کے علاج میں مندرجہ بالا نسخہ جات سے بہتر اور کوئی دوا نہیں اس لئے ان نسخوں پر
بھروسہ کرکے انہیں بنائیں اور استعمال کرائیں۔

ان نسخہ جات کی تیاری میں تھوڑی سی محنت ہے۔ لیکن اتنی محنت سے
انسان بنانے ہی سے عاجز آجائے۔

نوٹ۔ بعض مریضوں کی حالت خاص طور پر عجیب و غریب ہوتی ہے
اس لئے انکو اپنے مفصل حالات کسی طبیب کے سامنے پیش کرنے چاہئیں۔ اگر ان
کے قرب و جوار میں کوئی تجربہ کار حکیم نہ ہوں تو ان کو کسی اچھے طبیب سے بذریعہ
خط و کتابت معالجہ کے لئے رجوع کریں یا اپنے مفصل حالات لکھ کر اس سے
مشورہ طلب کریں۔

حکیم محمد یوسف حسن مہتمم دار التجارب طبی شاہی محلہ۔ لاہور

قانونِ صحت

جسمانی صحت اور تندرستی کو برقرار رکھنے کے لئے قانونِ صحت سے واقفیت ضروری ہے جب تک صحت اچھی نہ ہو نہ انسان تندرست ہو سکتا ہے نہ خوبصورت، دائمی شباب صرف قوانینِ صحت پر عمل کرنے کا نتیجہ ہے۔ اس لئے خوبصورتی پر کوئی مضمون لکھنے سے قبل یہ ضروری ہے کہ قوانینِ صحت اختصار کے ساتھ پیش کر دئے جائیں۔

اوّل ہوا

صحت اور تندرستی کے لئے ہوا سب سے ضروری چیز ہے۔ کہتے ہیں جب تک سانس تب تک آس جب تک انسان کا سانس جاری ہے۔ انسان کو زندگی کی امید بھی باقی ہے۔ غذا اور پانی کے بغیر ہم کچھ دن زندہ بھی رہ سکتے ہیں۔ لیکن ہوا کے بغیر ایک لمحہ بھی زندہ رہنا محال ہے۔

پس ہوا کی انسان کو ہر وقت ضرورت ہے اور اس ہوا کا صاف ستھرا ہونا انسان کی صحت و تندرستی کے لئے ضروری ہے۔ ہوا نائٹروجن (اجزائے [illegible]) آکسیجن (اجزائے حیات) کاربانک ایسڈ گیس (اجزائے سمیہ) سے مرکب ہے۔ ان اجزائے اصلی کے علاوہ نشادر اور اجزائے رطوبیہ (پانی) بھی شامل ہوتے ہیں۔

نائٹروجن سے ہوا رقیق ہو کر انسان کے جسم میں نفوذ کے قابل بن جاتی ہے۔

آکسیجن سے انسان کا جسم فضلات سے پاک ہوتا ہے۔

کاربانک ایسڈ گیس۔ ایک قسم کی ہوائے دخانی ہے۔ اگر ہوا میں اس کے اجزا بڑھ جائیں تو وہ مضر صحت ہو جاتی ہے۔

نشادر (امونیا) حیوانات کے لئے مضر لیکن نباتات کے لئے مفید ہوتی ہے۔

اجزائے رطوبیہ۔ پانی ہوا کو مرطوب بناتے ہیں اور خشکی کو دور کرتے ہیں۔

ہوا میں کئی قسم کی کثافتیں مل جاتی ہیں۔ مثلاً دھواں گرد و غبار، چونا، سیسہ، تانبا، درختوں کے پتوں اور دوسری سڑی ہوئی چیزوں سے مضر صحت اجزا

ہوا۔ اس لئے جہاں ہوا کثیف ہو وہاں سے جتنی جلدی ہو سکے علیحدہ ہو جائیں۔ سانس لینے سے انسان کے پھیپھڑے پھولتے ہیں۔ اور ہوا انسان کے جسم کے فضلات کو نکال کر لے جاتی ہے۔ گویا انسان کے جسم کے اندر جس قدر کثیف مادے پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ وہ ہوا کے ذریعے صاف ہوتے ہیں سانس باہر نکلتے وقت تمام کثیف مادوں کو اپنے ساتھ لے جاتے ہیں۔ خون پھیپھڑوں میں جا کر صاف ہوتا ہے۔ اس لئے آپ کو ایسی تازہ اور مصفا ہوا میں رہنا چاہئے جس سے خون صحیح طور پر صاف ہوتا رہتا ہے۔ ورنہ کثیف اور گندی ہوا میں سانس لینے سے خون بگڑ کر انسان کی صحت بگڑ جائے گی۔ انسان گھر کے اندر رات کو اور دن کو سوتے وقت اور جاگتے وقت سانس لینے کا محتاج ہے اس لئے ہر حالت میں صاف اور تازہ ہوا کی یکساں ضرورت ہے اس لئے

(۱) بند کمروں میں نہ سوئیں۔ سردیوں میں بھی کمرہ کی ایک کھڑکی ضرور کھلی ہے (۲) لحاف میں منہ بند کر کے نہ سوئیں بلکہ منہ باہر رکھنا چاہئے۔ اگر سردی محسوس ہو تو سر پر اور کان پر کوئی گرم کپڑا لپیٹ لیں۔ منہ ضرور لحاف سے باہر رکھیں (۳) ایک ہی کمرہ میں بہت سے آدمی نہ سوئیں (۴) کمروں میں آگ نہ جلائیں۔ اگر جلانی ہی پڑے تو دھوئیں کے اخراج کا انتظام ہونا چاہئے اگر کوئلے جلانے ہوں تو انہیں کمرے کے باہر سلگا لینا چاہئے تاکہ مضر صحت دھواں خارج ہو جائے۔ بند کمروں میں کوئلے یا آگ جلانے سے کئی دفعہ اموات ہو چکی ہیں اور کمرے میں مٹی کا تیل کا دیا جلانا مضر ہوتا ہے البتہ لیمپ جلائے جا سکتے ہیں۔ بشرطیکہ دھوئیں کے اخراج کے لئے کھڑکی ہو (۵) مکان میں پاخانہ اور کوڑا کرکٹ فاصلہ پر ہو۔ اور ان پر مٹی یا پھلوں کی راکھ ڈال کر ان کو بند رکھنا چاہئے (۶) مکان میں تھوکنا بھی مضر ہے نیز جہاں آپ رہتے ہوں اس کوچہ و بازار کی صفائی کا بھی خیال رکھیں۔

ہوا کو صاف رکھنے کے لئے ہر مکان میں [illegible] چیزیں [illegible] گندھک جلائیں۔ کھڑکیوں اور راستوں پر چونا چھڑکیں۔ دیواروں پر سفیدی کرائیں۔ کمروں میں

واس لئے جہاں ہوا کثیف ہو وہاں سے جتنی جلدی ہو سکے علیحدہ ہو جائیں۔
سانس لینے سے انسان کے پھیپھڑے پھولتے ہیں۔ اندر ہوا انسان کے
کے فضلات کو نکال کر لے جاتی ہے۔ گویا انسان کے جسم کے اندر جس قدر
[گند]ے مادے پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ وہ ہوا کے ذریعے سے صاف ہوتے ہیں
باہر نکلتے وقت تمام کثیف مادوں کو اپنے ساتھ لے جاتے ہیں۔ خون
پھیپھڑوں میں جاکر صاف ہوتا ہے۔ اس لئے آپ کو ایسی تازہ اور مصفا ہوا
[می]ں رہنا چاہئے جس سے خون ہمیشہ طور پر صاف ہوتا رہتا ہے۔ ورنہ کثیف اور
[گند]ی ہوا میں سانس لینے سے خون بگڑ کر انسان کی صحت بگڑ جائے گی
انسان گھر کے اندر رات کو اور دن کو سوتے وقت اور جاگتے وقت
[س]انس لینے کا محتاج ہے اس لئے ہر حالت میں صاف اور تازہ ہوا کی یکساں
[ضر]ورت ہے اس لئے

(۱) بند کمروں میں نہ سوئیں سردیوں میں بھی کرہ کی ایک کھڑکی ضرور
[کھ]لی ہے (۲) لحاف میں منہ بند کرکے نہ سوئیں بلکہ منہ باہر رکھنا چاہئے۔
اگر سردی محسوس ہو تو سر پر اور کان پر کوئی گرم کپڑا لپیٹ لیں۔ منہ ضرور
[ل]حاف سے باہر رکھیں (۳) ایک ہی کرہ میں بہت سے آدمی نہ سوئیں (۴)
کمروں میں آگ نہ جلائیں۔ اگر جلانی ہی پڑے تو دھوئیں کے اخراج کا انتظام
ہونا چاہئے اگر کوئلے جلانے ہوں تو انہیں کمرہ کے باہر سلگا لینا چاہئے۔ تاکہ مضر
صحت دھواں خارج ہو جائے۔ بند کمروں میں کوئلے یا آگ جلانے سے کئی
دفعہ اموات ہو چکی ہیں (۵) کمرے میں مٹی کا تیل کا دیا جلانا مضر ہوتا ہے البتہ
لیمپ جلائے جا سکتے ہیں بشرطیکہ دھوئیں کے اخراج کے لئے کھڑکی ہو
(۶) مکان میں پاخانہ اور کوڑا کرکٹ فاصلہ پر ہو۔ اور ان پر مٹی یا اپلوں کی
راکھ ڈال کر ان کو بند رکھنا چاہئے (۷) مکان کے اندر ہی صفائی کافی نہیں بلکہ جہاں
آپ رہتے ہوں اس کوچہ و بازار کی صفائی کا بھی خیال رکھیں۔
ہوا کو صاف رکھنے کے لئے ہر مکان میں فینائل چھڑکیں۔ گندھک جلائیں
[کھ]ڑکیوں اور راستوں پر چونہ چھڑکیں۔ دیواروں پر سفیدی کرائیں۔ کمروں میں

ہوا دان بنوائیں وغیرہ وغیرہ۔

دوم پانی

ہوا کے بعد انسان کی صحت و تندرستی کے لئے دوسری سب
ضروری چیز پانی ہے۔ بغیر غذا کے ہم چند دن صبر کر سکتے ہیں لیکن پیاس تو بہت
جلدی انسان کو کمزور کر دیتی ہے۔ غیر مصفا پانی انسان کو قسم قسم کے امراض میں
مبتلا کر دیتا ہے۔ ہیضہ۔ بخار۔ پیچش۔ سنگ مثانہ وغیرہ امراض پیدا ہو جاتے ہیں
پانی غذا کو نرم کر کے اسے قابل غذا بناتا ہے خون میں شامل ہو کر اسے
سیال بناتا اور جسم کے فضلات کو پیشاب پسینہ وغیرہ کے ذریعہ سے خارج
کرتا ہے۔ اس اخراج کی مجموعی تعداد کئی سیر روزانہ تک پہنچتی ہے بخلاف سانس کے
راستے سے آدھ سیر بذریعہ پسینہ تین پاؤ۔ براستہ پیشاب سوا سیر وغیرہ۔
چونکہ پانی نہ صرف پیاس بجھاتا ہے بلکہ جسم کے ہر ایک حصہ سے گزر کر اس کی
اصلاح کرتا اور اس کی برائیوں کو نکالتا ہے۔ اس لئے اگر یہ مصفا نہ ہوگا تو جسم کے
باریک و نازک اعضا میں پہنچ کر وہاں قسم قسم کی بیماریاں پیدا کر دے گا
ناقص پانی پینے سے جس میں مٹی ریت کنکر ملا ہو مثانہ گردوں کی پتھری بنتی ہے
انسان کے لئے مہلک ہوتی ہے۔ اگر پانی میں گندگی کیڑے مکوڑے ہوں تو وہ
جسم میں جا کر تعفن پیدا کر کے بخار پیچش ہیضہ اور تپ محرقہ پیدا کر دیتے ہیں پس کوئی
وجہ نہیں کہ ہر شخص صاف اور مصفا پانی استعمال نہ کرے۔ پینے کا پانی ہندوستان
میں ہر جگہ مختلف قسم کا ہے۔ بعض شہروں میں نل لگے ہوئے ہیں جن کے ذریعہ
مصفا پانی میسر آتا ہے اس کے علاوہ باقی مقامات پر بارش دریا نہر جھیل جوہڑ
تالاب چشمہ اور کنواں وغیرہ سے پانی لیا جاتا ہے۔
بارش کا پانی سب سے بہتر اور مصفا ہوتا ہے۔ لیکن اس کے جمع کرنے
کا کوئی انتظام نہیں۔ یورپ میں بارش کا پانی جمع کرنے کا انتظام کیا جاتا ہے اور وہاں
کے بڑے دوا فروشوں کے ہاں سے بند بوتلوں میں مل بھی سکتا ہے۔ اس کے بعد
نل کا پانی ہے جہاں یہ میسر آ سکے وہاں کنوؤں سے کام لینا چاہئے۔ اس کے بعد درجہ
بدرجہ نہر کا پانی۔ دریا کا پانی پختہ تالاب کا پانی جھیل اور آخر میں جوہڑ کا پانی ہے۔

کنوؤں کے پانی کو پرمینگنیٹ آف پٹاس آدھ پاؤ ملانے سے صاف
جا سکتا ہے۔ یہ مقدار ایک کنوئیں کے لئے کافی ہے۔ جہاں یہ ادویات
نہیں ہو سکتیں وہاں دس سیر سفیدی (چونا) پانی میں گھول کر کوئیں
میں ڈال دیں۔ برسات کے موسم میں تو ضرور دوا کنوئیں میں ڈالنی چاہیے
جیسی نہر اور دریا کا پانی مقطر کر کے پینا چاہیے یا کم از کم پانی کے ایک
برتن میں پھٹکڑی پھیریں اور اسے ٹھہرا رہنے دیں یہاں تک کہ تمام ارضی مادے
بیٹھ جائیں۔ ایسے پانی کو اگر جوش دے لیا جائے تو بہت بہتر ہوتا ہے اس
سے تمام خاص مادے جل کر پانی قابل استعمال ہو جاتا ہے۔

غسل کے لئے بھی صاف پانی استعمال کریں۔

ہندوستان کے دیہات میں جوہڑوں اور کچے تالابوں کا پانی
استعمال میں آتا ہے جو انتہا مضر صحت ہے۔ افسوس ہے کہ ڈسٹرکٹ بورڈ
نے گاؤں میں پینے کے پانی کے لئے بھی کنوئیں نہیں کھدوائے اگر
جوہڑوں کو اکھڑ کر اور ہموار کر دیا جائے تو دیہات میں آئے دن جو بیماریاں پھیلتی
رہتی ہیں ان سے ملک کو نجات مل جائے۔

غذا

جسم کو گرم رکھنے اور قوت دینے کے کام آتی ہے۔ دن بھر محنت اور
مشقت کرنے سے جسقدر کمزوری پیدا ہوتی ہے۔ وہ غذا کھانے سے پوری ہو جاتی ہے
گویا غذا انسانی مشینری کے لئے تیل ایندھن کے ہے۔ اس لئے اچھی اور مقوی
غذا انسان کے جسم کو تندرست رکھتی ہے۔

انسان جو کچھ کھاتا ہے اس سے گوشت، چربی، شکر، نمک اور پانی حاصل
ہوتا ہے اور یہی پانچ چیزیں جسم انسانی کی ساخت میں پائی جاتی ہیں۔
ایک انسان کے لئے غذا عمدہ گوشت پیدا کرنے والی ہو۔ اس کی روزانہ
روزانہ ضرورت ہوتی ہے۔ ایسی غذائیں گوشت، انڈا، مچھلی، دودھ اور دہی ہیں
اس کے علاوہ گیہوں، ماش اور مونگ بھی گوشت پیدا کرتی ہیں۔
چربی پیدا کرنے والی غذا یوں یا نصف چھٹانک ہو۔ اس کے لئے گھی مکھن

اور چربی کھائیں۔

تیسری چیز نشاستہ دار غذا ہے اس کی دن بھر میں آدھ
سے کم پون سیر تک ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے نشاستہ چاول، آٹا
استعمال کریں۔

چوتھی چیز نمکیات ہیں۔ یہ غذاؤں کو ہضم کرتے اور خون اور ہڈی
کو مضبوط بناتے ہیں۔ دن بھر میں ۲ چھٹانک ایسی غذا کی ضرورت ہو
اس کے لئے کھانوں کا نمک اور پھلوں کے نمک ہیں۔

پنجم پانی۔ اس قدر صاف پانی جو غذا کو قابل تحلیل بنا سکے مقدار
روزانہ دو سیر۔

غذا کی مقدار۔ بچوں سے لڑکوں کو زیادہ غذا کی ضرورت ہے اور عورتوں
سے مردوں کو زیادہ کیونکہ انہیں دن بھر زیادہ مشقت کرنی پڑتی ہے۔ گرمی
کے موسم میں غذا کم کھائی جاتی ہے اور سردیوں میں زیادہ کیونکہ جسم کی حرارت
کو قائم رکھنے کے لئے موسم سرما میں زیادہ کوشش کرنی پڑتی ہے۔

اوقات غذا

انسان کو اس وقت کھانا چاہئے جب بھوک خوب لگی ہو اور جب ابھی
بھوک باقی ہو تو کھانے سے ہاتھ کھینچ لینا چاہئے۔ عام لوگ صبح و شام پیٹ بھر
لیتے ہیں اور یہ کوئی اچھا قاعدہ نہیں ہے۔ جب صبح آدمی کھانے پر بیٹھتا ہے
وہ سمجھ لیتا ہے کہ اب رات کو پھر کھانا ملے گا۔ اس لئے وہ ایک مقررہ
سے ٹھونس ٹھونس لیتا ہے۔ لیکن بجائے دو دفعہ کے اگر دن میں چار دفعہ کھانا
تو بہتر ہوگا مثلاً صبح ناشتہ۔ پھر بارہ بجے کھانا پھر چار بجے ناشتہ۔ پھر
بجے کھانا۔ اس ترکیب سے پیٹ کو بھر لینے کی ضرورت نہیں رہتی۔

کھانے کے متعلق ضروری ہدایات

(۱) کھانا پکایا ہوا جلا ہوا نہ ہو اور تازہ ہو (۲) غذا چبا کر کھانی چاہئے
کھاتے وقت اخبار یا کتاب نہ پڑھیں نہ کوئی کام کریں (۳) کھاتے وقت درمیان
تھوڑا تھوڑا پانی پینا بہتر ہے۔ البتہ کھانے کے ڈیڑھ دو گھنٹہ بعد خوب پی

نی پی لیں (۵) کھانے کے بعد چند منٹ آرام کرنا مفید ہے۔ رات کے
نے کے بعد چہل قدمی کریں (۶) کھانے کے برتن، دسترخوان کرو۔ ملازم سب
ستھرے ہوں۔

مشروبات۔ تہذیب جدید اور کچھ پرانے بزرگوں کی عادتوں
بل پانی کے علاوہ چند دوسری مشروبات پینے کی چیزیں بھی ہمارے
ل میں آرہی ہیں۔ مثلاً چائے۔ قہوہ۔ کوکو۔ شراب۔ بھنگ وغیرہ

چائے۔ سرد ملکوں کے باشندوں کو مفید ہے بشرطیکہ اعلےٰ
کی ہو اور اس میں دودھ و بالائی اچھی طرح سے اضافہ کی جائے۔ اس کا
ی بن جانا چنداں مفید نہیں۔

قہوہ۔ اس کا زیادہ مقدار میں پینا انسان کے قویٰ کو سست
تا ہے۔ چائے سے زیادہ محرک ہے۔

کوکو۔ یہ یورپ میں زیادہ مستعمل ہے۔ مقوی ہے۔ مگر ورد معدہ والے اصحاب
کے مضر ہے۔

شراب۔ یہ انگور، کھجور، کیلے، جو، گندم اور دیگر اشیاء سے بنائی جاتی
بعض شرابوں میں سنکھیا اور دھتورہ کے اجزا نشہ تیز کرنے کے لئے ملائے جاتے
تھوڑی مقدار میں شراب پلانے سے جسم میں حرارت اور قوت پیدا ہوتی ہے
مقدار میں پینے سے عقل مختل ہو جاتی ہے اور جگر پر مضر اثر کرتی ہے۔ جگر
ی مقدار میں شروع کرنے سے آہستہ آہستہ زیادہ استعمال کی خواہش پیدا
ا ہے۔ جس سے جگر، گردے، انسان کی صحت تباہ ہو جاتی ہے۔ روز مرہ کا
چ کھلے پڑتا ہے۔ بے شرمی، بیحیائی اور بدنامی ہوتی ہے۔ اس سے اس
ینا حرام ہے۔

بھنگ۔ ہندوستان میں یہ چیز بھی بکثرت مستعمل ہے۔ جو کہ
قی اور نشہ پیدا کرتی ہے۔ اس لئے یہ غریب یہاں تک کہ بعض قوموں کی
تیں بھی استعمال کرنے لگی ہیں۔ لیکن یہ اعضا میں سستی اور کمزوری پیدا کرتی
اور انسان کو کمزور اور بزدل بناتی ہے۔

ان اشیاء کے علاوہ تمباکو، چرس، گانجہ، کوکین وغیرہ چیزیں بھی استعمال
کی جاتی ہیں جو سب کی سب انسان کی صحت کی دشمن ہیں۔ بالخصوص کوکین تو
ایسی بری چیز ہے کہ انسان کا دلوں کے اندر مالی اور جسمانی لحاظ سے دیوالیہ
بول دیتی ہے۔ اس چیز کی فروخت کو روکنے کے لئے ہر انسان کو کوشش
کرنی چاہئے۔

نیند

نیند انسانی زندگی کا ایک بھید ہے جو روح کے بہار کو ٹھنڈک پہنچانے کے
لئے زندگی کی ناپاکیوں کو دھونے کے لئے قدرت کا بخشا ہوا ایک ایسا تحفہ ہے
جو زندگی بھر انسان کا رفیق بنا رہتا اور ہر روز صحت اور تندرستی لاتا ہے۔
اس لئے سانس اور قلب کی حرکت کے بعد زندگی کے لئے تیسری
اہم چیز نیند سمجھی جاتی ہے۔ اس انمول خوشی کی قدر و قیمت بیدار رہنے پر
محسوس کی جاتی ہے۔

نیند کے وقت انسان کا دل صاف ہو بلکہ ملال کو اپنے قریب بھی نہ پھٹکنے
دیں۔ گویا اس وقت زندگی کی کتاب کو بالکل بند کر دینا چاہئے۔

نیند انسان کی صحت پر بہت بڑا اثر ڈالتی ہے۔ انسان کی جلد قوتیں اس
وقت آرام کرتی ہیں اور انسان لمبے اور گہرے سانس زیادہ صحت اور صفائی
سے لیتا ہے جس سے تازہ ہوا پھیپھڑوں میں سے گزرتی ہوئی تمام زہریلے مادوں
کو خارج کر دیتی ہے۔ نیند صرف عضلات کی ہڈیوں اور پٹھوں کی تھکاوٹ کو ہی دور
نہیں کرتی بلکہ انسان کی روح اور خیالات تک کو آرام بخشتی ہے۔

نیند کا حقیقی مقصد پورا کرنے کے لئے رات کا کھانا جلدی کھائیں اور
اتنی سیر کریں کہ وہ ہضم ہو جائے۔ پیٹ بھر کر کھانا اور جلدی سو جانا رات کو بےچین
رکھتا ہے اور نیند آتی بھی ہے تو خیالات کو آرام نصیب نہیں ہوتا اور معدہ
سے بخارات اٹھ کر دماغ کی طرف رجوع کرتے ہیں جن سے خواب آکے پریشان رکھتے
ڈراتے رہتے ہیں۔

جرمن حسن

فرانسیسی حسن

عورت اور مرد کی خوبصورتی پر بھی نیند کا کافی اثر ہے۔ دن بھر کام کاج
کثرت سے انسان کا جسم گھٹتا ہے۔ رات کو یہ کمی پوری ہوتی ہے۔ اس لئے عورت
مرد دونوں کو پوری نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ رات دن کی نسبت سرد
تی ہے۔ خواہ گرمی ہو یا سردی۔ اور سردی ہی میں جسم کا نشوونما بڑھتا ہے
ب سے زیادہ نیند کی ضرورت بچوں کو ہوتی ہے۔ بچوں کے لئے ۱۲ گھنٹے سے
کر ۱۰ گھنٹے تک کی نیند کافی ہے۔ عورتوں کو ۸ سے ۹ گھنٹے اور مردوں کو
یا ۸ گھنٹے نیند کی ضرورت ہے۔ جو لوگ رات کو دیر تک کام کرتے ہیں یا روز
رہ تھیٹروں میں جاتے یا گپ بازی میں مصروف رہتے ہیں وہ بہت جلدی
پنی صحت کو بگاڑ لیتے ہیں۔ ان کے چہروں پر وحشت برستی ہے۔ خون کی
رخ جھلک دکھائی نہیں دیتی۔ آنکھوں کے گرد حلقے پڑ جاتے ہیں۔ معدہ
کمزور ہو جاتا ہے۔

پس نیند انسان کی خوبصورتی پر بھی اثر ڈالتی ہے حسین عورتوں
کو زیادہ سونے کی ضرورت ہے۔ اس سے حسن بڑھتا ہے اور شباب قائم رہتا ہے
کہتے ہیں کہ رات کے وقت گویا روح کا دن چڑھتا ہے۔

عام طور پر انسان کو اتنا سونا چاہئے جتنی وہ ضرورت محسوس کرے۔
خاکسار سردیوں اور گرمیوں میں [illegible] اس وقت سو جاتا ہے جب نیند
آجائے۔ بعض اوقات میں دن کو چار چار گھنٹے تک سویا ہوں اور رات کو
بھی ۸ گھنٹے۔ میں نے ضرورت سے زیادہ کام کر کے چھوڑ کر نیند کو ہاتھ سے نہیں
کھویا۔ لیکن ایسا بھی ہوا کہ میں نے تمام دن اور تمام رات کام کیا۔ نیند آتی تھی
نہیں اور میں برابر کام کرتا رہا۔

چونکہ نیند کے دوران میں جسم کی صفائی ہوتی ہے۔ اس لئے بہتر موسم
کے لحاظ سے بہتر ہیں [illegible] سے غذا ہضم ہوتی تمام زہریلے مادوں کو خارج کر
دیتی ہے۔ نیند صرف عضلات کی تھکن اور پٹھوں کی تھکاوٹ کو ہی دور نہیں
کرتی بلکہ انسان کی روح اور خیالات تک کو آرام بخشتی ہے
غذا کا حقیقی مقصد پورا کرنے کے لئے رات کا کھانا جلدی کھائیں اور

اتنی سیر کریں کہ وہ ہضم ہو جائے۔ پیٹ بھر کر کھانا اور جلدی سو جانا رات کو بے چین
رکھتا ہے اور نیند آتی بھی ہے تو خیالات کو آرام نصیب نہیں ہوتا اور معدہ سے
بخارات اٹھ کر دماغ کی طرف رجوع کرتے ہیں جن سے خواب ہائے پریشان رات
بھر ستاتے رہتے ہیں۔

عورت اور مرد کی خوبصورتی پر بھی نیند کا کافی اثر ہے۔ دن بھر
کام کاج کی کثرت سے انسان کا جسم گھٹتا ہے۔ رات کو یہ کمی پوری ہوتی ہے
اس لئے عورت اور مرد دونوں کو پوری نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ رات
دن کی نسبت سرد ہوتی ہے۔ خواہ گرمی ہو یا سردی اور سردی ہی میں جسم کا
نشوونما بڑھتا ہے۔

سب سے زیادہ نیند کی ضرورت بچوں کو ہوتی ہے بچوں کے لئے ۱۲
گھنٹے سے لے کر ۱۰ گھنٹے تک کی نیند کافی ہے۔ عورتوں کو ۸ سے ۹ گھنٹے اور
مردوں کو ۷ یا ۸ گھنٹے نیند کی ضرورت ہے۔

جو لوگ رات کو دیر تک کام کرتے ہیں یا روز روز تھیٹروں میں جاتے
یا گپ بازی میں مصروف رہتے ہیں وہ بہت جلد اپنی صحت کو بگاڑ لیتے ہیں
ان کے چہروں پر وحشت برستی ہے اور خون کی سرخ جھلک دکھائی
نہیں دیتی۔

حسن
و
خوبصورتی

حسن و خوبصورتی

اس باب کا عنوان حسن و خوبصورتی ہے۔ حالانکہ اگر صحت اور حسن ہوتا تو زیادہ موزوں تھا۔ حقیقت میں صحت ہی حسن ہے۔ اور حسن سچائی ہے اور سچائی خوبصورتی ہے۔

خوبصورتی سے مراد صرف آنکھ کی خوبصورتی نہیں بلکہ جسم انسانی کی مجموعی بناوٹ کا نام ہے۔ جب تک اس مجموعی بناوٹ کو عمدہ حالت میں نہ رکھا جائے خوبصورتی قائم نہیں رہ سکتی۔ کیونکہ بغیر صحت کے خوبصورتی اس پھول کے مشابہ ہے جو چند دنوں کے بعد مرجھا جاتا ہے۔

خوبصورتی کی قدر و قیمت نہ سمجھنے والے لوگ بے وقوف ہیں یا جاہل۔ خوبصورتی دنیا میں بہترین دولت ہے۔ انسانوں یا قوموں کی زندگی کا تعلق خوبصورتی اور دولت سے ہے۔ لیکن خوبصورتی ہی کو آخر میں فتح ہوتی ہے۔ خوبصورتی پر کوئی بھی فتح حاصل نہیں کرسکتا۔

خوبصورتی خدا کا عطیہ ہے مثل مشہور ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اماں حوا کو خوبصورتی کا نصف حصہ بخش دیا تھا۔ یہ خوبصورتی اب بھی آدم کی اولاد میں پائی جاتی ہے۔ یہ عطیہ ربانی ہے۔ لیکن کتنے آدمی ہیں جو خوبصورتی کو ہمیشہ برقرار رکھنے کا دھیان رکھتے ہیں۔ کتنی عورتیں ہیں جو حسین ہونے کے ساتھ ہمیشہ حسین و جمیل رہنا چاہتی ہیں؟

دولت اگر انسان کو اندھا بنا دیتی ہے۔ تو خوبصورتی بھی لاپرواہ اور مغرور بنا دیتی ہے۔ لیکن جب بد اعمالیوں اور لاپرواہیوں کی بدولت چہرہ پر شکنیں اور جھریاں نظر آنے لگتی ہیں۔ بالوں میں سفیدی، دانتوں میں کمزوری اور خون پھیکا پڑ جاتا ہے تو انسان محسوس کرتا ہے کہ اب وہ کنگال ہو گیا ہے اس کی دولت حسن کا دیوالہ نکل گیا ہے۔ وہ خواب سے بیدار ہوتا ہے۔ مگر اب کیا

ہو سکتا ہے۔

اب پچھتائے کیا ہوت جب چڑیاں چگ گئیں کھیت

اس لئے شروع ہی سے حفظانِ صحت کے اصولوں پر عمل کرو
ابتدا ہی سے اس عطیہ ربانی کی حفاظت پر توجہ رکھو۔ تو یہ روز بد دیکھنا
نصیب نہ ہو۔

ایک غلط فہمی کا ازالہ

مردوں میں یہ خیال مدت سے پھیلا ہوا ہے کہ خوبصورتی صرف
عورتوں کے حصہ میں آئی ہے۔ حالانکہ مرد عورت سے زیادہ خوبصورت
ہے۔ ایک تندرست جوان مرد کو دیکھئے۔ اس کا چوڑا چکلا سینہ۔ مضبوط بازو
اور پٹھوں کی نشوونما چہرہ پر خون کی رنگت آنکھوں میں جوانی کا نشہ۔ کیسی
جاذب توجہ چیزیں ہیں۔ جن کے سامنے عورت حسین و جمیل عورت بھی ہیچ ہو
جاتی ہے۔ یہی وہ چیز ہے جہاں عورت کا حسن بھی شکست کھا جاتا ہے۔

علم الاصنام کے ماہروں کا بیان ہے کہ قدیم یونانیوں کے بتوں اور
مجسموں کو دیکھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ مرد زیادہ حسین سمجھا جاتا تھا۔ جس
قدر مجسمے عورتوں کے بنائے گئے ہیں ان کے مقابلے میں مردوں کے مجسمے زیادہ
خوبصورت معلوم ہوتے ہیں۔ عورتوں کے برہنہ مجسمے جو یونانیوں نے
سنگ تراشی کا کمال دکھایا ہے۔ مردوں کے برہنہ مجسموں کے سامنے بالکل
بے وقعت معلوم ہوتے ہیں۔ حسین و خوبصورت عورت کے برہنہ جسم کے مقابلہ
تندرست و توانا خوبصورت مرد کا برہنہ جسم زیادہ جاذب توجہ ہوتا ہے۔ ہمیں
مردوں کو یقین رکھنا چاہئے کہ وہ حقیقت میں ہر پہلو سے عورتوں سے زیادہ
خوبصورت ہیں۔ مردوں کے ڈاڑھی مونچھ کے بال عورت کے مقابلہ سے
[illegible] حسن ہیں۔

بناؤ سنگار سے نفرت

بعض مرد عورتوں کے بناؤ سنگار کو نفرت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں اس
سے کوسوں دور بھاگتے ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ [illegible] حسین معلوم ہوتے ہیں

اگر بناؤ سنگار سے مراد صرف اعضائے جسمانی کی حفاظت ہو تو اس کو برا سمجھنا
حماقت ہے۔ اگر دانتوں کو صاف کیا جائے۔ آنکھوں کو صاف رکھنے کے لئے سرمہ
لگائیں۔ بالوں کی حفاظت کے لئے تیل لگائیں۔ جلد کی درستی کے لئے کوئی چیز
ملیں۔ عمدہ صابن سے غسل کریں۔ پٹھوں اور جسمانی اعضا کی مضبوطی کے لئے
ورزش کریں۔ تازہ ہوا کے لئے کھلے میدانوں اور باغوں میں چہل قدمی کریں تو
اس کو بناؤ سنگار کی مد میں تضیع اوقات یا فیشن کی غلامی سمجھنا کتنی بڑی
غلطی ہے۔ کیا اس خیال کے موید ثابت کر سکتے ہیں کہ زمانہ قدیم میں بھی ہمارے
بزرگوں کو ان چیزوں کی عادت نہ تھی۔ کیا اس وقت مرد بال نہ رکھتے تھے؟
ان کی حفاظت کے لئے اگر خاص اہتمام سے دھویا نہیں جاتا تھا؟ کیا ان میں
تیل نہیں لگایا جاتا تھا۔ کیا جسموں کو ملنے کا دستور نہ تھا؟ کیا بالوں میں خضاب
نہ لگاتے تھے۔ کیا کنگھی قدیم زمانہ کی ایجاد نہیں؟ و حضرت عیسیٰ علیہ السلام
کے زمانے میں بھی اس کا رواج تھا۔ وغیرہ وغیرہ

حسن کی صحت و حفاظت کے لئے سب سے ضروری چیز ورزش ہے اس
سے اعضا میں خوبصورتی پیدا ہوتی ہے۔ وہ مضبوط اور سڈول بن جاتے ہیں سینہ
ابھر آتا ہے۔ گردن کی رگوں کو تازہ گوشت چھپا لیتا ہے۔ بازوؤں اور پنڈلیوں
کی مچھلیاں بڑی اچھی بھلی معلوم ہونے لگتی ہیں۔ خون خوب دورہ کرتا اور صالح
پیدا ہونے لگتا ہے۔

عورتوں اور مردوں کے لئے ورزش کے جدا جدا طریقے ہیں جیسے متعلق
تصاویر لگائی گئی ہیں بعض لوگ سمجھتے ہیں کہ عورتوں کے لئے گھر کا کام کاج
ورزش ہوتی ہے۔ یہ کسی حد تک صحیح ہے۔ لیکن اگر وہ صبح کو دس پندرہ منٹ
دستور کے مطابق ورزش کر لیا کریں تو انہیں بہت ہی فائدہ پہنچے۔

یہاں ورزش کا اس لئے ذکر کیا گیا ہے کہ میں اسے بناؤ سنگار کا
ایک جزو سمجھتا ہوں۔

اس کتاب میں سب سے اول اس بات کی تردید کی گئی ہے کہ پنڈ

کوئی نہیں تھا۔ اس کے بعد پرانے کوک شاستروں کے اصول و قواعد کو
الفاظ نکال کر درج کیا ہے۔ پھر قدیم سنسکرت کی شاستروں کے خلا
اور ان پر تنقید کرتے ہوئے بتلایا تھا کہ کوک یا سکشول سائنس علم نوعی
ات مرد و زن کے متعلق سطحی باتیں۔ علم نوعی یہ ہے کہ بچہ کی پیدائش سے
نی تک کے تمام حالات لکھے جائیں۔ اور ہر آفت سے اسے بچانے کی
یریں بتلائی جائیں۔ جوانی ایام میں اسپر وارد ہوں گی۔ پھر شباب اور
ی کو قائم رکھنے کے متعلق ہدایات دی جائیں۔ اور اس کے بعد شادی
کے معاملات میں میاں بیوی کے تعلقات پر روشنی ڈالی جائے۔ اس
ب میں شادی سے قبل تک کے تمام امور پر لکھا جائیگا۔ اب مردوں
ورتوں کے اعضاء جسمانی کی حفاظت و خوبصورتی کے متعلق ضروری
یں لکھتا ہوں اور ان کے اختتام پر یہ کتاب ختم ہو جائے گی
س کے بعد دوسرا حصہ طبع ہوگا جس میں میاں بیوی کی زندگی کے متعلق
صیل سے لکھا جائے گا۔

اب جسم کے ہر ایک حصہ کی خوبصورتی کو قائم رکھنے اور اس کی
اظت کے لئے تدابیر کو علمی نکتہ نگاہ سے پیش کرتا ہوں۔

بال

انسان کے کل جسم پر سوائے تلوؤں، ہتھیلیوں اور پپوٹوں اور ہونٹ
وغیرہ کے بال موجود ہیں۔ سب سے زیادہ بال سر پر ہوتے ہیں۔ سر کی
جلد کے نیچے لاتعداد غدودیں ہیں یعنی ایک مربع انچ میں ۳۰ غدودیں
یہی وہ غدودیں ہیں جن کی صحت اور تندرستی پر بالوں کی خوبصورتی ا
تندرستی کا دارومدار ہے۔

بال جلد کے نیچے ½ سے ۱½ انچ تک گہرے پیوست ہوتے ہیں
جہاں ان کی پرورش خون سے ہوتی اور قوت اعصاب کے ذریعہ سے قا
رہتی ہے۔ اگر اعصابی قوت میں کسی قسم کی کمی واقع ہو جائے۔ تو بالوں
رنگت اور پرورش پر بڑا اثر پڑتا ہے۔ ایسا ہی بالوں کو خاندانی تعلق بھی ہے
اس کی وجہ وہی خون سے پرورش پاتا ہے۔ پس جن لوگوں سے آپ کو خو
کا رشتہ ہے یعنی جن کا خون آپ کی رگوں میں رواں ہے یا جہاں آ
کا خون موجود ہے۔ وہاں بالوں کے متعلق عادات اور بیماریاں مشترک پائی
ہیں۔ اور بال بھی ایک سے دوسری نسل میں منتقل ہوتے رہتے ہیں۔ اسی
ماہرین بالوں کی رنگت لمبائی اور ساخت سے بالکل اسی طرح سے ذا
کا پتہ بتا دیتے ہیں جس طرح سے وہ ناک، کان، اور آنکھ وغیرہ کی بناوٹ ا
و خال سے بتا سکتے ہیں۔

بال، کھردرا، چپٹا اور درمیان سے خالی ہوتا ہے۔ اس میں رنگ
اور چربی کے اجزا پائے جاتے ہیں۔ سیاہ بالوں میں رنگین مادہ زیادہ
ہوتا ہے اور سفید بالوں میں ہوا کے چھوٹے چھوٹے بلبلے زیادہ بھرے ہوتے ہیں
بال ایک انچ سے لے کر ایک گز تک یا زائد لمبے ہوتے ہیں۔ ایک ۰
سالہ عورت کے بال ۵۰ انچ لمبے ہیں۔ ڈاکٹر ولسن نے ۵ فٹ ۵ انچ قد
ایک عورت کا ذکر کیا ہے جس کے بال زمین پر گرتے تھے

کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ کئی حسین عورتیں محض اپنے بالوں کی وجہ
حسین تھیں اور انہوں نے حکمرانوں پر ایسا اثر ڈالا تھا کہ وہ ملکوں اور قوموں
کی قسمت کی مالک بن گئیں۔ ان کے اشارہ پر سلطنتیں کٹ مریں اور قو
انقلاب یا تباہ ہو گئیں۔

ادب اور شعر

میں بالوں کا اثر بہت گہرا محسوس ہوتا ہے۔ ہمارے شعرا اور نثر نگار
کے متعلق انتہائی جذبات کا اظہار کرتے ہیں۔ ان کے کلام سے معلوم ہوتا ہے
ہم پر بالوں کی خوبصورتی سیاہی چمک۔ گھونگھر اور لمبائی کا کتنا گہرا اثر پڑ
پس بالوں کی حفاظت خوبصورتی کی حفاظت ہے۔

انسان کے جسم میں سب سے خوبصورت حصہ

انسان کے جسم میں سب سے خوبصورت حصہ آنکھ ہے۔ بلاشبہ
آنکھ سب سے خوبصورت اور قیمتی چیز ہے۔ آنکھ کی خوبصورتی اپنے اندر بجلی
سی قوت رکھتی ہے۔ اور اس کا اثر گہرا اور دیرپا ہوتا ہے۔ آنکھ کے بعد با
سے خوبصورت ہیں۔ یہاں تک کہ باقی خط و خال اور رنگت بھی بالوں کی خوبصورتی
کے سامنے ہیچ ہے۔

بالوں کی خوبصورتی مردوں اور عورتوں کے لئے یکساں حسن لاتی ہے۔
دنیا کے بیشتر حصوں میں مرد بھی اپنے بالوں کو بڑھاتے ہیں۔ بعض مشرقی اقو
کے مرد ابھی تک بال رکھتے ہیں۔ یورپ میں بھی ۱۷ اور ۱۸ ویں صدی عیسو
میں مرد لمبے بال رکھتے تھے۔ اور عورتیں بھی مردوں کے بالوں میں حسن ا
کشش محسوس کرتی تھیں۔ گویا عورتوں کی طرح سے مردوں کے حسن کے ل
بھی بالوں کو اہمیت حاصل ہے۔

بالوں کی خوبصورتی کا معیار

عام طور پر بالوں کی خوبصورتی کا معیا
حسب ذیل ہے:-
بالکل سیاہ ہوں چمکیلے ہوں۔ لمبے ہوں بکثرت ہوں۔ بالوں کی رنگت
متعلق اختلاف ہے۔ مشرق میں سیاہی پسند کی جاتی ہے تو مغرب میں سُ

نمائش میں ایک لڑکی پیش کی گئی۔ جس کے بال ۵ فٹ ۱۰ انچ لمبے تھے۔
بالوں کی عمر ۲ سے ۶ سال کی ہوتی ہے۔ یعنی چھ سال کی عمر تک وہ
ل ضرور ضائع ہو جاتا اور اس کی جگہ دوسرا بال پیدا ہو جاتا ہے۔ گرم آب و ہوا
ں اور دن کے وقت بال زیادہ بڑھتے ہیں بہ نسبت رات کو اور موسم سرما میں بال
بڑھتے ہیں۔ عام طور پر ایک مہینہ میں ½ سے ¾ انچ (پون انچ) تک بال
ہو جاتے ہیں۔ مگر عورتوں میں ۱۰ سے ۱۴ انچ تک لمبائی پوری ہو جانے کے
بعد پیدائش کی رفتار اس سے نصف رہ جاتی ہے۔

بال اس قدر مضبوط ہوتے ہیں کہ ایک بال پانچ تولہ تک وزن اٹھا
لیتا ہے۔ اس سے آپ اندازہ لگائیے کہ بالوں کو اکٹھا باندھ کر ان سے کس
قدر بوجھ اٹھایا جا سکتا ہے۔ ایک سر میں سوا لاکھ کے قریب بال ہوتے ہیں
اس لئے کئی مداری اور بازیگر اپنے بالوں کے ذریعہ سے کئی کئی آدمیوں کو
باندھ کر اٹھا لیتے ہیں۔ اس میں کسی قسم کی کاریگری نہیں۔ تھوڑی سی مشق
کی ضرورت ہے۔ بال خود اتنے مضبوط ہوتے ہیں کہ وہ اتنا بوجھ اٹھا سکتے ہیں
انسانی جسم میں سب سے زیادہ مدت تک محفوظ رہ سکنے والے صرف
بال ہیں۔ بال دو سے چار ہزار سال تک بھی محفوظ پائے گئے ہیں۔ مصر کی وہ
ممیاں جو ۳ ہزار سال کے بعد زمین سے نکالی گئی ہیں۔ ان کے بال ابھی
تک صحیح و سلامت ہیں۔

کیمیاوی امتحان پر بالوں میں ۲۳ فی صدی سے دس فیصدی
SELISIA اور چالیس فی صدی سلیشیا ہے۔

دوسرے طریقہ پر تجزیہ کرنے سے معلوم ہوا ہے کہ اس میں ۵۰ حصے
کاربن ۷ حصے ہائیڈروجن ۱۷ حصے نائیٹروجن ۲۰ حصے آکسیجن اور ۵ حصے سلفر
پائی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ کچھ روغنی مادہ بھی ہوتا ہے۔ اور سفید بالوں میں
چونے کے اجزا زیادہ پائے جاتے ہیں۔

بالوں کی تاریخی اہمیت

بقول لارڈن۔ بال علم نوعی میں ثانوی اہمیت رکھتے ہیں۔ تاریخی کتب

ور بھورے بال بھی پسندیدہ ہیں
ت کا بھی بالوں سے تعلق ہے بالکل سفید
ے بال موزوں ہوتے ہیں۔ گندمی یا سرخ و سپید [illegible]
علوم ہوتے ہیں۔
مندرجہ بالا چار خواص کے علاوہ اگر بالوں میں گھونگھر ہوں یا ان میں
ی زلفیں ہوں تو یہ ایک اچھا اضافہ ہیں۔
گھونگھریالے بال عام طور پر زیادہ لمبے نہیں ہوتے۔ لیکن بعض [illegible]
لمبے لمبے گھونگھروں کے ساتھ لمبے بال بھی موجود پائے گئے ہیں۔

وں کے فیشن } بالوں کے فیشن کی بعض تصویریں درج کتاب ہیں اگر بالوں کے بنانے کے تمام طریقے بذریعہ تصویر درج
ی تو پانچ سات سو سے کم نہیں ہوں گے۔ ہم نے چند اچھے اچھے فیشن نمایاں
ے ہیں۔ لیکن یہ واضح رہے کہ ہر چہرہ پر ایک ہی فیشن درست نہیں
ستان میں قدیم زمانہ سے ایک رواج ہے اور وہ سر گوندھنے کا ہے وہ
دی عورتیں اس پر عامل ہیں۔ اس کے خلاف یورپ میں ہر عورت کا اپنے
جداگانہ فیشن ہے۔ ماہرین فن (بال بنانے والے) ہر عورت کے خط و خال
طابقت سے اس کے بال بناتے ہیں۔ مثلاً ایک عورت کی کنپٹی ہڈی باہر
طرف ابھری ہوئی ہے۔ اب اگر ہندوستانی طرز پر اس کے بال گوندھے
ے جائیں تو دونوں طرف کی ہڈیاں ابھری ہوئیں بہت ہی بری معلوم
ں گی۔ لیکن اگر بالوں کو اس طرح سے بنایا جائے کہ دونوں طرف کی
پٹیاں ان سے ڈھانپی جاسکیں تو اس طرز پر بال بنانا کیسا مفید ہوگا
ہندوستان میں پرانی طرز پر ہی بال بنائے جاتے ہیں۔ اگر کوئی لیڈی
ی طرز پر بال سنواریں تو بڑی بوڑھیاں اس کو سخت برا سمجھتی ہیں لیکن
قیقت یہ ہے کہ بال بنانا صرف ایک پرانی رسم نہ سمجھنا چاہئے بلکہ ہر عورت
نے چہرہ کے خط و خال کے مطابق بال بنا کر اپنی خوبصورتی کو بڑھا سکتی ہے۔
وبصورتی کو بڑھانا یا قائم رکھنا نہ مذہب کے خلاف ہے نہ ملک کے رسم و رواج

کے۔ ایک لڑکی جس کی پیشانی بہت ہی چھوٹی ہو وہ پرانی طرز پر بال سنوار کر
بہت ہی بدنما بن جاتی ہے۔ لیکن اگر وہ ایسی طرز پر بالوں کو سنوارے کہ
بال اس کی پیشانی کو کسی حد تک چھپا لیں۔ اس قسم کے بالوں کو انگریزی فیشن
کی تقلید سمجھنا غلطی ہے۔ آپ اپنا فیشن (طرز) خود وضع کر لیجئے۔ ہر شخص اپنے گھر
میں عورتوں کے بالوں کو مختلف طریقوں سے بنا کر دیکھ سکتا ہے کہ کون سا طرز
ان کے چہرہ کے خط و خال پر خوبصورت معلوم ہوتا ہے۔ جو طرز زیادہ اچھی معلوم
ہو وہی آپ کا اپنا وضع کردہ فیشن ہے۔ بعض عورتوں کے خط و خال پرانی طرز
میں اچھے معلوم ہوتے ہیں وہ اسی پرکار بند رہ سکتی ہیں۔

بالوں کو تباہ کرنیوالے رواج } ہندوستانی عورتوں میں بالوں کو تباہ و برباد کر دینے کی عادات یا رسوم رائج ہیں
ان سے حتی الامکان بچنا چاہئے (۱) مثلاً بالوں کو مٹی سے دھونا۔ ملتانی مٹی وغیرہ سے
بال بالکل خراب ہو جاتے ہیں (۲) بالوں کو چکنا کرنے کے لئے گھی اور مکھن لگانا۔
اس سے سر میں بدبو اور تعفن پیدا ہو جاتا ہے مسامات بند ہو جاتے ہیں (۳)
بالوں کو صرف اس دن کنگھی کی جاتی ہے جب سر دھویا جائے۔ حالانکہ ہر روز کنگھی
کرنا بالوں کے لئے بہت ہی مفید ہے (۴) ناقص بازاری تیل لگائے جاتے
ہیں جو بوجہ ارزانی کے خرید لئے جاتے ہیں۔

بالوں کے لئے مفید اعمال } مندرجہ ذیل طریقوں پر عمل کرنے سے بالوں کو بہت ہی فائدہ پہنچتا ہے:-

(۱) بالوں کو دھوپ اور کھلی ہوا میں ایک دو گھنٹے کھلا رکھنا۔
(۲) ہفتہ میں کم از کم دو بار ضرور دھونا۔
(۳) ہر روز کنگھی کرنا اور اپنی کنگھی دوسرے کو استعمال کے لئے نہ دینا۔
(۴) بالوں کو اچھے صابن سے دھونا
(۵) لڑکیوں کے بال کھلے رکھیں۔ اس سے بال بڑھتے ہیں اور دماغ پر غیر ضروری بوجھ بھی نہیں پڑتا۔
(۶) بالوں کو دھو کر خشک کرنا اور اچھا اور مفید تیل لگانا۔

بال دھونے کا طریقہ

اگر بال خشک زیادہ ہوں تو وہ تیل استعمال کریں جن میں روغنی مادہ زیادہ ہوتا ہے لیکن اگر بال تر رہتے ہوں اور ان سے روغنی مادہ خود بخود نکلتا ہو تو کوئی دوسرا تیل لگائیں جس میں روغنی اجزا بہت ہی کم ہوں۔

بالوں کو منتشر کر کے تھوڑے تھوڑے بال ہاتھ میں لے کر آہستہ آہستہ کھینچیں ان میں جو بال کمزور اور ناقص ہوں گے وہ اکھڑ آئیں گے یاد رکھیں کہ اس ترکیب سے صرف بیمار بال ہی اکھڑا کرتے ہیں۔ اس لئے یہ نہ سمجھ لیں کہ بال ضائع ہو رہے ہیں بلکہ بیماریوں کو خارج کر دینے کے بعد وہاں نئے تندرست بال پیدا ہوتے ہیں۔ ناقص بال اکھاڑنے کا طریقہ تصویر میں دیکھیں۔

کیا عورتوں کے بال کٹوانے چاہئیں؟

اگر بال کسی ضرورت کی وجہ سے کٹوائے جائیں ان میں نہ کوئی برائی ہے نہ گناہ۔ بعض اوقات امراض ہی اس قسم کے لاحق ہو جاتے ہیں کہ بال کٹوانے پڑتے ہیں۔ کبھی بالوں کو بڑھانے کے لئے کسی حصہ کے بال کاٹے جاتے ہیں۔

لیکن آج کل یورپ میں اس کثرت سے بال کاٹے جا رہے ہیں کہ تو یہ بھی مرض وہاں طاعون کی طرح سے پھیل گیا ہے۔ اس بال ترشوانے کے مرض کے اسباب حسب ذیل بیان کئے جاتے ہیں:-

(۱) بالوں کی صفائی اور حفاظت پر بہت سا وقت اور محنت ضائع ہوتی تھی۔ اور ہر روز کی مصروفیت سخت تکلیف دہ تھی۔

(۲) بالوں کی لمبائی سے الجھن اور پریشانی بڑھتی تھی کہ وہ بری ہو جاتی تھی۔

(۳) جدید فیشن اختیار کرنے کا شوق۔

ایک یورپین لیڈی نے ایک انگریزی رسالہ میں بال کٹوانے کے خلاف ایک مضمون لکھا ہے جس میں بال کٹوانے والی عورتوں پر بہت لعنت ملامت کی ہے وہ لکھتی ہے کہ بال کٹوانے کے بعد عورت ایک لڑکا معلوم ہوتی ہے۔ اس طرح سے نہ وہ عورت رہتی ہے نہ مرد۔ پس ایسی ذلیل اور پست حیثیت اختیار کرنے سے پرہیز لازمی ہے۔

ہندوستان میں عورتوں کو بالوں سے بہت محبت ہے۔ بلکہ وہ انہیں متبرک سمجھتی ہیں۔ اس لئے امید نہیں کہ ہندوستان میں بھی بالوں کو کٹوا دینے کا مرض ترقی پکڑ سکے۔

زائد بال دُور کرنا

جسم کے بعض حصوں پر زائد بال بھی پیدا ہو جاتے ہیں۔ مثلاً رخسار، بغل وغیرہ۔ ان زائد بالوں کو قینچی استرا یا بال اڑا دینے والی ادویات سے دُور کیا جاتا ہے۔ کبھی پنڈلیوں اور بازوؤں پر بھی بال ہوتے ہیں۔ اگر یہ تھوڑے ہوں تو بدنما معلوم نہیں ہوتے۔ لیکن اگر زیادہ ہوں تو بدصورتی پیدا کرتے ہیں۔ اس وقت بال کاٹنے والی ملائم قینچی سے کٹوانا بہتر ہوتا ہے۔

بالوں کے بعض امراض

اول بفا یعنی بھوسی۔ انگریزی میں سی بو کہتے ہیں۔ یہ مرض تمام جسمانی کمزوری اور کمی خون کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس میں سر کے بالوں میں چکنائی زیادہ ہوتی ہے سلفر سوپ (گندھک کے صابن) سے سر کو دھویا کریں اور اس نسخہ کو تیار کر کے بطور تیل کے سر میں لگائیں:-

ٹنکچر کنتھریڈیس	ایک ڈرام	
ٹنکچر کیپسی کم	۲ "	
کیسٹر آئل	۱ "	
ریکٹیفائیڈ اسپرٹ	۳ اونس	
کولون واٹر	"	سب کو ملا کر رکھیں

ان میں سے تھوڑا سر کے بالوں کی جڑوں میں لگایا کریں۔

لیکن اگر بالوں میں خشکی زیادہ ہو تو اس نسخہ میں سے ریکٹیفائیڈ اسپرٹ خارج کر دیں تو بالوں کی خشکی اور بھوسی گرنے میں مفید ہے۔ عام طور پر سر کے بالوں کی خشکی میں یہ نسخہ زیادہ مستعمل ہے۔

گندھک (سلفر) مصفا	۱ ڈرام
لینولین	۱½ "

گلیسرین	½۲ ڈرام
روز واٹر	۲ "
سپ ریڈیکل	۱۰ گرین

ان کو ملا کر رکھیں اور سر میں خوب ملیں ۔ ہفتہ میں تین بار یہ عمل کرنا چاہئے اور اس کے بعد سر کو سلفر سوپ سے اچھی طرح دھو لینا چاہئے۔

سر کے بالوں کو دوا لگانے کی تصویر ملاحظہ ہو۔ تیل وغیرہ بھی اسی طریقہ سے لگانا چاہئے اور دھونے کے بعد بالوں کو خشک کرنے کی تدبیر دوسری تصویر سے ظاہر ہے

(۲) بال گرنا ۔ اس کو انگریزی میں جیلاڈنس یا الوپے شیا بھی کہتے ہیں۔
کبھی کبھی ناگہانی صدمہ یا مرض کی وجہ سے چند ہی دنوں میں بال گر جاتے ہیں اور کبھی آہستہ آہستہ بال گرتے رہتے ہیں ۔ بعض بچوں کو یہ مرض پیدائشی بھی ہوتا ہے۔

مریض کو مقوی دوا اور غذائیں ۔ بھوک لگانے والی چیزیں کھلائیں ۔ اور یہ نسخہ استعمال کرائیں جو مجرب ہے

ہیلیا پتھال	۳۰ گرین
ویزلین	½ اونس
آئیل برگاموٹ	۳ بوند

ان کو ملا کر رکھیں اور ان میں سے بالوں کی جڑوں میں دو بار روزانہ لیپ کیا کریں۔

سر میں لگانے کے لئے کاکل دواخانہ کا ہیر آئیل استعمال کریں ۔ یہ سب سے بہتر اور مفید تیل ہے ۔ سر کے بالوں کو بڑھاتا اور حفاظت رکھتا ہے ۔ اس کا نسخہ یہاں لکھنا مضمون کو بہت بڑھا دیگا ۔ اور ہر کس و ناکس اسے بغیر تجربہ کے تیار بھی نہیں کر سکتا ۔ یہ نسخہ دیسی ادویات سے مرکب ہے۔

(۳) بالوں کا سفید یا بد رنگ ہو جانا ۔ بڑھاپے یا مرض کی وجہ سے بال سفید یا بھورے ہو جاتے ہیں ۔ اس کے لئے مختلف قسم کے خضاب ہندوستان اور یورپ میں رائج ہیں ۔ یاد رکھیں کہ یہ تمام خضاب بہت ہی نقصان دہ ہیں یہ تمام زہریلی

ادویات سے بنائے جاتے ہیں اور انسان کے جسم میں ان کا زہر آہستہ آہستہ سرایت کرتا رہتا ہے ۔ جلد کی جھلی کو ضائع کر دینے یا دانتوں کے مسوڑوں کو بگاڑ دینے کے علاوہ یہ جوڑوں میں درد پیدا کرتے اور دماغ و قلب پر بہت برا اثر ڈالتے ہیں ان خضابوں کو استعمال کرنے سے یہ بہتر ہے کہ بالوں کو سفید رہنے دیا جائے ۔ میں ایک دوا کی تیاری میں برسوں سے مشغول ہوں ۔ جو مثل تیل کے سر میں لگائی جائے گی اور ایک دو ماہ کے اندر اندر قدرتی طور پر بالوں کو سیاہ کر دے گی ۔ مجھے کامیابی کی امید ہے ۔ انشاء اللہ اس وقت اس کے متعلق عرض کروں گا۔
لیکن اگر بال رنگنے ہی ہوں تو وسمہ اور حنا کا مرکب بہتر چیز ہے

خضاب کے وہ نسخہ جات جو اس وقت رائج ہیں

(۱) نائٹریٹ آف سلور ۔ ۲۰ گرام ۔ ۔ روز واٹر ۵۰۰ گرام ۔ دونوں کو حل کر کے رکھیں اور ہموزن صاف پانی میں دو ملا کر استعمال میں لائیں ۔ جب خشک ہو جائے تو سلفوریٹ آف پٹاسیم ½ ۱ ڈرام ۔ پانی مصفا ۴ اونس ملائیں اور اس میں سے برش کے ذریعے سے انہیں بالوں پر لگائیں ۔ ان کے لگاتے ہی رنگ پیدا ہو جاتا ہے۔

(۲) پرگیلک ایسڈ ایک ڈرام ۔ اسی ڈی کالوگن ۴ ڈرام ۔ روز واٹر ۵ اونس ملا کر رکھیں یہ بھی بالوں کو سیاہ کرتا ہے۔

(۳) پیرا فین ڈایا مین ۲ اونس ہائیڈروجن پرآکسائیڈ ۲۰ اونس ۔ دونوں کو الگ الگ شیشیوں میں ڈالیں ۔ ان میں سے ایک ایک رتی دوا پیالی میں ڈال کر ملائیں اور بذریعہ برش بالوں پر لگائیں۔

روح کی کھڑکیاں

آنکھ

عین۔ چشم۔ آنکھ اور انگریزی میں اس کو EYE کہتے ہیں۔ انسان کے جسم میں آنکھ دیکھنے کا آلہ ہے۔

آنکھ کے متعلقات (۱) بھویں (۲) پپوٹے پلکیں۔ آنسو کی گلٹی۔ آنسو کی نالی آنسو کی تھیلی۔ ناک کی نالی وغیرہ سات اعضا آنکھ کے متعلقات میں شمار ہوتے ہیں۔

بھویں ..... حاجب — آئی بروز

چشم خانہ کے اوپر دو ابھرے ہوئے محراب ہیں جن پر گھنے بال ہوتے ہیں۔ بھویں آنکھ کو روشنی سے بچاتی ہیں اور گرد و غبار اور پیشانی کے پسینے کو آنکھوں میں جانے سے روکتی ہیں۔

پپوٹے ..... جفن — آئی لڈز

آنکھ کے سامنے دو باریک پتلی جھلیاں سی ہیں جن کے آگے بال ہوتے ہیں۔ ضرورت کے وقت آنکھ ان سے چھپائی جا سکتی ہے۔ اور آنکھ کو دھوئیں، اندھیری، روشنی اور تکلیف کے وقت اس سے محفوظ کیا جاتا ہے۔

پلک ..... مژگان ہدب — آئی لیشز

یہ وہ بال ہیں جو پپوٹے کے کناروں پر ہوتے ہیں۔ آنکھ کو پپوٹے پورے طور پر بند نہیں کر سکتے جب تک کہ یہ بال آگے نہ ہوں۔ اگر یہ بال درست حالت میں نہ ہوں تو آنکھیں بیمار رہتی ہیں۔

آنکھ کے متعلقات میں سے یہ تین چیزیں مشہور ہیں۔ باقی تشریح و تفصیل سے تعلق رکھتی ہیں۔

آنکھ کے اجزا۔ ملتحمہ۔ کرہ چشم۔ طبقات چشم۔ رطوبات چشم وغیرہ۔

ملتحمہ۔ اس کو آنکھ کی جھلی اور انگریزی میں ______ کہتے ہیں ایک جھلی ہے جو آنکھ کے ڈھیلے اور پپوٹوں کی اندرونی سطح پر ہوتی ہے۔

کرہ چشم۔ اس کو آنکھ کا ڈھیلا۔ مقلہ اور ______ کہتے ہیں۔

یہ ڈھیلا آنکھ کی چربی اور پتلی سی جھلی میں لپٹا ہوا ہوتا ہے۔

طبقات چشم۔ اس میں پھر کئی طبقے یا پردے ہیں مثلاً طبقہ صلبیہ، قرنیہ۔ طبقہ مشیمیہ۔ طبقہ عنبیہ۔ طبقہ شبکیہ۔

رطوبات چشم۔ آنکھ میں تین رطوبتیں ہوتی ہیں۔ یہ روشنی کی شعاعوں کو طبقہ شبکیہ پر اکٹھا کر دیتی ہیں۔

رطوبات یہ ہیں: ۱۔ رطوبت بیضیہ (آبی رطوبت) رطوبت جلیدیہ (آنکھ کا موتی) رطوبت بلوریہ (رطوبت بلوری) رطوبت زجاجیہ (زجاجی رطوبت) وغیرہ۔

آنکھ کے جسم میں سب سے خوبصورت حصہ آنکھ کا ہے۔ انسانی روح انہی کھڑکیوں سے جھانکتی اور ایک روح دوسری روح سے ٹکراتی ہے۔ ایک روح کی شعاعیں دوسری روح سے مل کر دلوں میں اتر جاتی ہیں۔ نظروں کے تیر چلتے ہیں اور مدت العمر کے لئے دلوں کو زخمی کر جاتے ہیں۔

جب آنکھیں بند ہو جاتی ہیں۔ جب آنکھیں بے نور ہو جاتی ہیں تو روح ان سے جھانکنا چھوڑ دیتی ہے۔ اس وقت انسان مر جاتا ہے۔ آنکھیں نہیں دیکھتیں بلکہ روح دیکھتی ہے۔ آنکھیں تو محض ایک آلہ ہے۔ راستہ یا کھڑکیاں۔ یہ صرف روح ہے جو دیکھتی سنتی اور بولتی ہے۔

انسان کے دل کا حال دیکھنا ہو۔ اس کے دماغ کے تخیلات و تفکرات سے آگاہ ہونا ہو تو اس کی آنکھوں کا مطالعہ کیجئے۔ آنکھیں انسانی جذبات و خیالات کا بہترین مظہر ہیں۔

انسان کے جسم پر تاثرات ڈالنے یا انسان کے جسم کے تاثرات قبول کرنے کی ابتدا آنکھوں ہی سے ہوتی ہے۔

آنکھ اثر کو سب سے اول قبول کرتی اور پھر اس کی لہریں آہستہ آہستہ تمام
جسم پر پھیل جاتی ہیں۔

آنکھ ایک عضو ہے جس کے راستے سے آپ انسان کی روح کو بھی عریاں دیکھ
سکتے ہیں۔

یہ آنکھیں ہی ہیں جو انتہائی نفرت۔ انتہائی رحم و شفقت۔ انتہائی ہمدردی
انتہائی تمسخر انتہائی مسرت وغیرہ کی مظہر ہیں۔ آنکھیں بہشت کا راستہ اور
دوزخ کا دروازہ ہیں۔

آنکھ کی خوبصورتی۔ آنکھ کی خوبصورتی اس کی لمبائی اور تناسب پر
موقوف ہے نہ کہ رنگت پر۔ اگر آنکھوں کی بناوٹ اچھی نہ ہو وہ سر میں خوبی سے
پیوستہ نہ ہو۔ تو رنگت کی خوبی کبھی آنکھوں کو خوبصورت نہیں بنا سکتی۔ اس
لئے یاد رکھیے کہ آنکھ کی سب سے بڑی خوبصورتی اس کا تناسب لمبائی اور بناوٹ ہے۔

دوسری چیز آنکھ کے متعلقات ہیں مثلاً بھویں پوٹے اور پلکیں ان کے
تناسب کا آنکھ کے تناسب کے ساتھ عمدہ ہونا آنکھ کو خوبصورت بنا دیتا ہے۔ اگر یہ
چیزیں بری حالت میں ہوں تو آنکھ کی خوبصورتی زائل ہو جاتی ہے مثلاً آنکھ بڑی
تناسب بہترین اور رنگت مرغوب ہے لیکن بھویں ندارد ہیں اور وہاں ہلکی
سی بالوں کی لکیر ہے تو یہ عیب آنکھوں کی خوبصورتی کو بٹہ لگا دیگا یا آنکھوں
میں بال بے ترتیب یا کم ہیں تو آنکھ کی خوبصورتی ضائع ہو جائے گی۔

تیسری چیز آنکھوں کی رنگت ہے۔

جس طرح سے ہر انسان کو جداگانہ رنگ پسند ہیں۔ اسی طرح سے آنکھوں
کے مختلف رنگ بھی مختلف طبائع پر موافق و مخالف اثر ڈالتے ہیں۔ ایک شخص ایک
عورت میں سیاہ رنگ پر فریفتہ ہے۔ اس کا بھائی کسی نیلی آنکھ کا متوالا ہوگا۔
اور اس کی نظر میں اس نیلی آنکھ کا تناسب بہترین ہوگا۔ مشرق میں عام طور پر
سیاہ رنگ پسند کیا جاتا ہے۔

لیکن پوری توجہ سے دیکھئے تو معلوم ہوگا کہ ہر آنکھ کا رنگ جدا ہے۔ کوئی آنکھ
بھی پوری سیاہ رنگ نہیں رکھتی کوئی مٹیالی ہے کوئی دھوئیں کے رنگ کی کوئی

سفیدی مائل۔ شربتی۔ شربتی مائل بہ سیاہی وغیرہ وغیرہ۔ بعض کا رنگ
مائل بہ سرخی ہوتا ہے۔

چوتھی چیز آنکھوں کی چمک ہے۔ جن آنکھوں میں چمک نہ ہو ان آنکھوں
کی خوبصورتی کم ہوتی ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بعض عمر رسیدہ بزرگوں کی آنکھوں میں
خاص قسم کی چمک ہوتی ہے اور بعض جوانوں میں نشۂ شباب کی۔ بے چمک
آنکھ بے نور معلوم ہوتی ہے۔

آنکھوں کی حفاظت آنکھوں کو گرد و غبار، دھوئیں سے محفوظ رکھو۔ زیادہ
تیز چیزوں بجلی کی تیز روشنی، آگ اور سورج کی شعاعوں
وغیرہ کا مقابلہ نہ کرو۔ کمرہ کے پردے اور روشندان کے آگے کے کپڑے کا رنگ
سرخ نہ ہو۔ کتاب باریک نہ ہو۔ پڑھتے وقت روشنی اپنی پشت کی طرف رکھو
تاکہ روشنی کتاب پر پڑے نہ کہ آنکھوں پر۔ روٹی کھاتے وقت یا چلتے پھرتے
کتاب یا اخبار نہ پڑھو۔ ہر روز سینما یا تھیٹر میں نہ جاؤ۔ دھوپ میں سیاہ
چشمہ لگا کر باہر نکلو۔ آنکھوں کو گندے پانی سے ہرگز نہ دھوؤ۔ وغیرہ چند ضروری
ہدایات ہیں جن پر عمل کرنے سے آپ اپنی آنکھوں کو محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

بعض دیگر عملی تدابیر سرمہ لگانا۔ آنکھوں میں سرمہ لگانا اہل مشرق
کی ایجاد ہے۔ اب مغرب میں بھی اس کا رواج
ہو رہا ہے۔ وہاں پنسل سے بھی کام لیا جاتا ہے۔ ہندوستان میں سرمہ کا رواج
بکثرت ہے اور عام طور پر وہ سرمہ بہتر سمجھا جاتا ہے جس سے آنکھوں سے پانی
خارج ہو اور بعد میں آنکھیں سرد معلوم ہوں۔ لیکن یہ کوئی اچھا خیال نہیں۔
ایسا سرمہ صرف ان لوگوں کو مفید ہوتا ہے۔ جن کی آنکھیں گرد و غبار پڑنے سے
گدلی ہو چکی ہوں۔

عام طور پر یہ سرمہ مفید ہے۔ سرمہ نور بصر۔

سرمہ سیاہ ۵ تولے کر کے آگ میں سرخ کر کے ۱۰ بار ترپھلا کے پانی
میں بجھا دیں۔ ترپھلا بڑے۔ بہیڑہ آملہ۔ کو کوٹ کر پانی میں رات کو بھگو دیں اور
صبح سرمہ کو کوئلوں کی آنچ میں رکھ کر سرخ کریں یہ عمل ۱۰ بار کرنا چاہئے پھر اس

سرمہ کو کھرل میں ڈال کر سرو چینی سمندر جھاگ ۔ صدف مروارید اصلی ہر ایک ۲ ماشہ
ملا کر کھرل کر کے رکھیں اور رات کو آنکھوں میں لگایا کریں۔

بھوؤں کے بال ۔ اگر گر گئے ہوں تو ان کو بڑھانے کے لئے یہ نسخہ مفید ہے

ٹنکچر آف روزمیری	۱۰ گرین
کینتھرڈیس	۲ "
سپرٹ آف کیمفر	۱۰۰ "
کولوگون واٹر	۱۰۰ "

ان تمام کو ملا کر ایک لوشن بنائیں اور چھوٹا سا دانتوں کا منجن برش اس میں
بھگو کر اس سے بھوؤں پر ملیں

بھوؤں کو سیاہ کرنے کی ترکیب :-

صمغ عربی	۲ ماشہ
کاجل سیاہ	"
عرق گلاب	اس قدر جس میں حل ہو جائیں پتلا یا

سیال مرکب تیار ہوگا۔ اس میں سے تھوڑا بذریعہ برش بھوؤں پر آہستہ آہستہ لگائیں۔

کمزور بیمار اور دکھتی آنکھوں کیلئے مرہم شافی

پیٹرولیم	۲۰ ڈرام
وائٹ ویکس	۳ "
اکسائڈ آف زنک	۴۰ گرین
یلو آکسائڈ آف مرکری	۴ "
آئل آف لیونڈر	۱۰ بوند

ویکس اور پٹرولیم دونوں کو پگھلائیں اور نیچے اتار کر انہیں ہلاتے رہیں پھر
دواؤں کو مٹی کے برتن میں ڈال کر باقی دوائیں ملا کر لکڑی کے چمچے سے ہلاتے رہیں
آخر میں دس بوند لونڈر ملائیں۔ آنکھوں کو اول گرم پانی سے دھو ڈالیں اور خشک
کر کے مرہم کو سلائی سے لگائیں۔ یہ مرہم بے حد اکسیر دوا ہے۔

آنکھوں کے بعض امراض اور ان کا علاج

رمد چشم ۔ آنکھ کا گدلا ہونا معمولی گدلی آنکھ میں بورک لوشن ۱۰ گرین بورک ایسڈ۔
ایک اونس گلاب کے عرق میں ملا کر لگائیں۔
اگر آنکھیں زیادہ گدلی ہوں تو زنک لوشن ڈالیں زنک سلفیٹ ۲ گرین۔
آب مقطر ۱

وہ دوا جو آنکھ میں نہیں لگتی ۔ بچے اور وہ نازک مزاج مریض جو دوا لگنے سے
گھبراتے ہیں یہ نسخہ استعمال کریں :۔ آرگیرول ۱ گرین ۔ ۳ ۔ ایکوا ڈیسٹلا اونس
دونوں کو ملا کر رکھیں اور چند قطرے آنکھوں میں ڈالا کریں۔

یہ جوب ہماری مجرب ہیں :۔

افیون ۱ ماشہ ۔ توتیا سبز ایک ماشہ ۔ شب یمانی شگفتہ ۲ ماشہ ۔ نبات کوزہ
۲ ماشہ ۔ رسوت خالص ۱۲ ماشہ ۔ ان کو پانی میں گھس کر جوب تیار کریں اور ضرورت
کے وقت گھس کر سلائی سے آنکھوں میں لگائیں۔ ہر قسم کے رمد میں مجرب ہیں۔
گوہانجنی میں ہمارا مجرب عمل ۔ جدوار خطائی یعنی نربسی کو عرق مکو میں
رگڑ کر لگاتا ہے۔ اگر بار بار عادت ہو تو ایک جلاب دیں اور جو بیم پھٹک دوا
چسپاں کریں ۔ دن میں چار بار ایک ہفتہ تک دیں ظفرہ ۔ زعفران چھرک
گرشش آدمی۔ شہد ہموزن پانی میں گھس کر لگائیں۔
بیاض ۔ زنجبیل ۔ شب شگفتہ ۔ نمک سنگ ۔ ان کو باریک پیس کر آنکھ میں ڈالیں۔
بیاض کے لئے یہ نسخہ بھی مفید ہے ۔ شب شگفتہ ۔ نبات کوزہ ۔ کلس چنبہ باریک
کر کے آنکھ میں لگائیں۔
دھند ۔ آنکھوں سے پانی جانے کے لئے مجرب دوا ۔ جست خالص تولہ آگ پر
پگھلائیں اور ۱/۲ درم پارہ خام ڈالیں پھر باریک کر کے بطور سرمہ لگائیں۔
شب کوری ۔ سرمہ کو آب برگ حنا میں باریک کھرل کر کے تین چار دن لگائیں
روز کوری ۔ سرمہ بہ آب کافور سائیدہ در چشم کشند۔
نزول الماء ۔ اس کے لئے خط و کتابت کیجئے۔ یہ مرض بہت سی تفصیل چاہتا ہے

ناک

الف۔ نوز

ناک کے دو نتھنے ہوتے ہیں جن کو متحرین نوسٹرلز کہتے ہیں۔ دونوں نتھنوں کے درمیان ایک دیوار سی ہوتی ہے۔ ناک تین ہڈیوں سے مرکب ہوتی ہے۔ ناک میں ۵ اعصاب پہنچتے ہیں۔ اول عصب شامہ۔ دوم عصب عینی سوم عصب فکی علی چہارم عصب نیشومی پنجم عصب انفی وحلقی۔

قدرت نے ناک میں سونگھنے کی قوت رکھی ہے۔ دراصل یہ کام عصب شامہ کا ہے۔ جو ناک کے بالائی حصہ میں ہوتا ہے۔ جس طرح سے ہم ہوا کے ذریعہ سے سنتے ہیں۔ اسی طرح ہم ہوا کے ذریعہ سے سونگھتے ہیں۔ ناک میں سونگھنے کی قوت کے علاوہ قوت لامسہ (چھونے اور محسوس کرنے کی قوت) بھی موجود ہوتی ہے جس کے ذریعے گدگدی۔ خارش۔ درد۔ گرمی اور سردی محسوس ہوتی ہے۔ جن لوگوں کی قوت شامہ (سونگھنے کی قوت) کسی وجہ سے زائل ہو جائے۔ پھر بھی ان کی قوت لامسہ برقرار رہتی ہے۔

ناک کی خوبصورتی۔ ایک زمانہ تھا کہ ناک کی بناوٹ قدرتی تصور کی جاتی تھی اور جیسا ناک کسی کا پیدائش پر پایا گیا۔ ویسا ہی برابر رہتا تھا۔ لیکن اب علوم اور سائنس نے ایسی ترقی کرلی ہے کہ خراب بناوٹوں کو مصنوعی طریقوں سے درست کیا جاتا ہے۔ ناک کے ارد گرد باریک پتلی لکڑی کی تختیاں رکھ کر انہیں فیتوں سے اس طرح باندھا جاتا ہے کہ دو چار مہینوں ہی میں ناک کی ساخت تبدیل ہو جاتی ہے۔ ناک جس قدر موٹی پتلی بلند یا نیچی کرنی ہو کرلی جاتی ہے اس کا سلسلہ ابھی ہندوستان میں شروع نہیں ہوا۔ البتہ یورپ میں اب یہ طریقہ مروج ہو گیا ہے۔

ناک کو اندر سے صاف رکھنا اور ناک کے بالوں کو اتارنا اس کی خوبصورتی کے لئے ضروری ہے۔ ناک کی بعض ایسی امراض کا ذکر اختصار سے کرتا ہوں جو انسان کی خوبصورتی پر برا اثر ڈالتی ہیں۔

(۱) نزلہ اور زکام کے لئے شربت شفا سے بہتر کوئی چیز نہیں۔ اس کی ایک بوتل استعمال کرایئے:۔

(۲) پرانے عادی زکام کے لئے جو سال میں بار بار ہوتا ہو ایک ٹیکہ ایجاد ہو چکا ہے۔ جو سال میں صرف دو تین دفعہ لگانے سے سال بھر زکام نہیں ہوتا۔ اپنے شہر کے کسی قابل ڈاکٹر سے ٹیکہ کرا لیجئے۔ یا لاہور میں ہمارے پاس تشریف لایئے۔

(۳) ناک کی بدبو۔ اسکو پینس اور بخر الانف۔ اوزینا (Ozaena) کہتے ہیں

مریض کو مسہل دیں اور پھر جب ابلاج کئی دن تک استعمال کرائیں۔ ناک کو مرکری لوشن سے دن میں دو بار دھو کر بالکل صاف اور خشک کر دیا کریں

یہ ہومیوپیتھک دوا بھی مجرب ہے:۔ مرکیورس سال ۳۰ ایکس خوراک دو تین دن میں چار دفعہ پانی سے دعوئیں صحت کلی ہو جائیگی ناک میں چھیچھڑے آنے میں بھی مجرب ہے۔ اگر یہ مرض آتشک کا نتیجہ ہو تو آتشک کی رعایت سے علاج کریں۔

(۴) اگر ناک میں کیڑے ہوں تو بہت پرانا خشک اور سڑا ہوا جوتا لے کر اس کو کوئلوں کی آنچ میں جلائیں اور اس خاکستر سے نسوار لیا کریں۔ تمام کیڑے خارج ہو جائیں گے اور کئی روز تک اطریفل اسطوخودوس کھلائیں۔ اگر ناک کو ہر روز مرکری لوشن سے صاف کرتے رہیں تو زیادہ بہتر ہوگا۔

(۵) ناک کا سرخ رہنا۔ بعض لوگوں کی ناک سرخ رہتی ہے۔ یہ بہت بدنما معلوم ہوتی ہے۔ یہ مرض خرابی خون سے پیدا ہوتا ہے۔ مریض کو مصفی خون ادویہ استعمال کرانی چاہئیں اور قابض اشیاء سے پرہیز رکھئے شراب اور گرم اشیاء سے پرہیز رکھیں۔ اس کے لئے یہ دوا مفید ہے۔

نشاستہ	۲ ڈرام
گندھک مصفی	۱
مرہم زنک اکسائڈ	۱/۲ اونس
آئل روز جیرین	۵ بوند

ان کو ملالیں مرہم سی تیار ہو جائیگی اسے ناک پر لگایا کریں اور نیز علاج جاری

رکھ

لب

ان کو ہونٹ لیپس LIPS بھی کہتے ہیں

ہونٹ دو ہوتے ہیں ایک اوپر اور ایک نیچے۔ یہ منہ کا راستہ ہے۔ ی
چھوٹے غدود، جھلی اور عضلی ریشوں سے مرکب ہوتے ہیں اور مسوڑھوں
ایک پتلی جھلی کے ذریعہ سے پیوستہ رہتے ہیں۔

ہونٹوں کو انسانی مسرتوں میں بہت بڑا دخل حاصل ہے۔ انس
آواز جو حلق سے پیدا ہوتی ہے۔ ہونٹوں کے ذریعہ سے ہوا میں منتشر ہو
یہ لب کی حرکتیں ہی ہوتی ہیں جو آواز کو نرم سخت بلند یا چھوٹا کر سکتی ہیں
کا سیٹی بجانا گانا وغیرہ سب لب کی حرکات پر منحصر ہے۔

اس کے علاوہ لب ہی چومنے اور پیار لینے کا ذریعہ ہیں۔ ہونٹ
ذریعہ سے مسکراہٹ کی بجلیاں چمکتی ہیں۔ ورنہ دانتوں کی لڑیاں چمک رہی دکھ
انسان کا شعور دیکھنے کے لئے آنکھوں کے بعد صرف لب ہی ہیں جن سے غ
مسرت و محبت کے آثار ظاہر ہو سکتے ہیں۔

پیار و لطف حاصل کرنے کے لئے سب سے اول آنکھیں لطف اندوز
ہیں یہاں تک کہ ان میں نشہ اور غنودگی سی پیدا ہونے لگتی ہے۔ اور
دنیا و مافیہا سے بے خبر ہو جاتا ہے اس وقت محبت کا پیغام پہنچانے اور
کرنے کے لئے یہ لب ہیں۔ جو پیار و محبت کے سلسلہ کو جاری رکھتے ہیں
جس کی ابتدا آنکھوں کی قوت مقناطیسی سے شروع ہوئی تھی۔ لبوں کی حر
منتہی ہوتی ہے۔

کہتے ہیں کہ انسان کی روح یا غمزدہ صورت ہی اسے بدنما بناتی ہے
مسکراہٹ اور خوش نظر آنے کے لئے لب ہی ایک ذریعہ ہیں مسکراہٹ اور مسکر
تمام دنیا کو فتح کر لینے کے لئے کافی ہے۔ اس لئے ہلکی سی مسکراہٹ اپنے چہر
کرنے کی کوشش کرو۔

انسان کے جسم میں آنکھ کے بعد خوبصورتی کے لحاظ سے ہونٹوں کو سب

روسی عورت

ی حاصل ہے۔ آنکھوں کی خوبصورتی رخ کی خوبصورتی ہے اور ہونٹوں کی
ورتی جسم کی خوبصورتی ہے انسان کے خیالات اور جذبات کے نمایاں کے
وہی راستے ہیں۔ ایک آنکھ اور دوسرے لب پس ان کی خوبصورتی
ی بہت بڑی اہمیت حاصل ہے۔

خوبصورت آنکھوں اور سرخ و سپید چہرے پر بھی اگر بیجا لب ہوں تو خوبصورتی
جاتی ہے۔ پتلے پتلے دونوں ہونٹ جو بہت لمبے چوڑے یا موٹے نہ ہوں بلکہ
سفید سیاہ و یا نیلی نہ ہو خوبصورتی کا جزو اعظم ہیں۔ یاد رکھئے کہ عورتیں جو مرد
ف آنکھ کی خوبصورتی دیکھنے کی متلاشی ہوتی ہیں آنکھ کے بعد پتلے پتلے سرخ کھلی
درست ہونٹوں کو پسند کرتی ہیں جو منہ کو غنچہ دہن بنا تے ہیں۔

افریقہ کا حبشی باوجود خوشنما خط و خال کے اپنے موٹے اور بھدے ہونٹوں کے
شکل سمجھا جاتا ہے۔ لیکن ہمارے ملک میں بعض عورتوں اور مردوں کے ہونٹ خود
درست ہونے کے بھی بدنما معلوم ہونے لگتے ہیں اور اس کے حسب ذیل
ب ہیں:

مضرات لب۔ ہونٹوں کو خراب کرنے کے کئی ناقص طریقے ہندوستان میں
ج ہیں مثلاً مسی ملنا۔ ہونٹوں پر دنداسہ ملنا۔

ان دونوں چیزوں کے ملنے کا اصل مقصد دانتوں کو صاف کرنا ہوتا ہے جس سے
ولہ ہے جو دانتوں کو سفید اور چمکدار بنا دیتا ہے اور پھر دھونے سے دانتوں کے
نوں سے خارج ہوتا ہے۔ دنداسہ دانتوں سے جو ادنیٰ سا فرق رنج کرتا ہے لیکن
عورتیں اس کو محض ہونٹوں پر رنگت چڑھانے کے لئے استعمال کرتی ہیں جو
ہونٹ یا سخت خشک ہوتی ہیں اس سے ہونٹ پھٹ جاتے ہیں اور ہونٹوں کی
جھلیاں آہستہ آہستہ غائب ہو کر اپنا اصلی اور قدرتی رنگ بھی کھو بیٹھتی ہیں اور دنداسہ
لت ترک کر دینے کے بعد ہونٹ بہت بدنما معلوم ہوتے ہیں۔ اور پھر ان پر مصنوعی
گ کی بھی ضرورت پیش آتی ہے۔

ہونٹوں کو رنگنے کے لئے پان کا استعمال بعض مرد اور عورتیں پان محض
لئے کھاتے ہیں کہ ان کے ہونٹ سرخ ہو جائیں جن کو ان مصنوعی طریقوں سے

دانت

دانت۔ اسنان۔ اور ..... ان کے نام ہیں، ..... کہتے ہیں

سامنے کے دانتوں کو	ثنایا و رباعیات
بڑی ڈاڑھوں کو	آخراس رباعیہ
چھوٹی ڈاڑھوں کو	آخراس ثنایہ
کچلیاں کو	انیاب اور
مسوڑھوں کو	لثہ یا
دودھ کے دانت	اسنان لبنیہ

انسان کو دودھ پینے (بچپن) کے دنوں میں ۷ ماہ سے شروع ہوتے ہیں
اور سال ڈیڑھ سال تک کی عمر سوائے کچلیوں کے نکل آتے ہیں۔ اور چھ سال
عمر میں دودھ کے دانت گرنے لگتے ہیں۔ اور دائمی دانت نکلنے شروع ہوتے
ہیں۔ جو ۲۵ سال کی عمر میں مکمل ہوتے ہیں۔ دائمی دانتوں کی تعداد ۳۲ ہوتی ہے۔
دانت غذا کے چبانے کے لئے اور انسان کی زینت اور خوبصورتی کا ذریعہ ہیں
جب انسان مسکراتا ہے تو دانتوں کی سفید سفید چمکتی ہوئی لڑیاں بہت ہی بھلی معلوم
ہوتی ہیں۔

اب آپ کو دانتوں کے فوائد ظاہر ہو گئے ہیں۔ ایک تو غذا کا چبانا دوسرے
خوبصورتی ان میں سے ہر ایک کے متعلق چند ضروری ہدایات درج کی جاتی ہیں۔

اول دانتوں سے غذا کے چبانے کا کام لینا۔

بعض آدمی دانتوں سے غذا کے چبانے کا کام نہیں لیتے۔ اور خدا کی اس
دی ہوئی نعمت کا کفران کرتے ہیں۔ اس کی صورت یوں ہے کہ جوش جوانی یا جلدی
میں غذا کے لقمے کو ایک دو بار منہ میں الٹ پلٹ کر نگل جاتے ہیں۔ اور اسے پوری
طرح سے چباتے نہیں اور وہ کام جو دانتوں نے پورا کرنا تھا معدہ کو کرنا پڑتا ہے
چار سال تو چنداں تکلیف پیدا نہیں ہوتی لیکن اس کے بعد معدہ بخوبی کام کرنے
سے جواب دے دیتا ہے۔ اس لئے انسان کی صحت کے لئے یہ لازمی ہے کہ

آپ اپنے دانتوں سے کام لیں۔ غذا کو اس قدر چبائیں کہ معدہ کو زیادہ تکلیف برداشت نہ کرنی پڑے۔ دوسرے دانتوں سے اگر کام لیتے رہیں تو وہ پہلے سے بھی زیادہ مضبوط ہو جاتے ہیں۔

دوئم۔ دانتوں کی خوبصورتی

دانتوں کی خوبصورتی کے لئے ضروری ہے کہ (۱) دانتوں کی رنگت سفید ہو (۲) ان میں چمک ہو (۳) مسوڑے گلابی اور مضبوط ہوں (۴) دانت مضبوط ہوں (۵) ان کی قطاریں سیدھی اور ہموار ہوں۔ ان پانچ چیزوں کو نقصان پہنچانے والے افعال سے پرہیز رکھیں اور ایسی چیزیں استعمال کریں جو ان پانچوں خوبیوں کو قائم رکھتی ہوں۔

حفظ صحت دنداں (۱) غذا کو خوب چبا کر کھائیں (۲) غذا کھانے کے بعد کلی کریں اور دانتوں کی دراڑوں میں جو اجزا پھنس گئے ہوں انہیں نکال دیں (۳) پان کثرت سے نہ کھائیں۔ دن بھر میں دو یا تین پان کافی ہیں (۴) صبح کیکر ایبول کا کوئلہ چیکر دانتوں پر ملیں اور دھو ڈالیں۔ اس کے بعد کوئی دیسی یا ولایتی منجن استعمال کریں منجن کا ری [illegible] ادویات سے بنایا جائے (۵) گرم گرم غذا کھاتے ہوئے جب کہ مسوڑے گرم ہو رہے ہوں برف کا بہت ٹھنڈا پانی نہ پئیں (۶) بہت گرم چائے یا دودھ نہ پئیں (۷) گرمیوں میں زیادہ برف کا استعمال مسوڑھوں کا ستیاناس کر دیتا ہے۔ اس لئے برف بہت ہی کم استعمال کریں (۸) دانتوں کو مصنوعی رنگوں سے رنگنا مضر ہے (۹) برش یا مسواک اگر استعمال کی جائے تو ایک برش یا مسواک ایک ہی آدمی کے لئے مخصوص ہونی چاہئے۔ ایک ہی برش یا مسواک کئی آدمی استعمال نہ کریں۔ ورنہ ایک منہ کی بیماری دوسرے منہ میں چلی جائے گی (۱۰) مسواک اور برش بعد استعمال دھو کر رکھیں اور استعمال کرنے سے قبل بھی انہیں دھو لیا کریں (۱۱) بکرے کا گوشت اور تخم الطیور کا استعمال کے لئے مفید ہے۔

انسان کے دانتوں کی بناوٹ ظاہر کرتی ہے کہ وہ کاٹنے اور چبانے والے دونوں قسموں سے مرکب ہیں۔ برخلاف اس کے گائے بیل بکری کے دانت صرف

چبانے والے ہوتے ہیں۔ اس لئے وہ گوشت خوری نہیں کر سکتے۔ شیر وغیرہ کے دانت بھی اسی قسم کے ہیں۔ اس لئے ثابت ہوا کہ انسان بھی گوشت خور ہے جن لوگوں کے مسوڑھوں میں بکثرت گوشت خورہ (پایوریا) کا مرض ہو جاتا ہے ان کے لئے گوشت خوری بطور علاج کے تجویز کی جاتی ہے ہندو عورتوں میں پایوریا مردوں کی نسبت زیادہ ہوتا ہے۔ ہندو عورتوں کے دانت مسوڑھوں کی خرابی کی وجہ سے جلد خراب ہو جاتے ہیں۔ اس کا سبب ان کا گوشت نہ کھانا ہے۔ ہندو مردوں میں تو نصف کے قریب گوشت کھانے لگے ہیں۔ اس لئے امید کی جاتی ہے کہ ان میں آیندہ یہ مرض کم ہوگا۔

(۱۲) ہر سال یا دوسرے سال دانتوں کو اندر اور باہر کی طرف سے کسی قابل ڈنٹسٹ سے صاف کرا لینا چاہئے تاکہ جو زرد رنگ کا سخت مواد اندر باہر جم جاتا ہے وہ صاف کر لیا جائے۔

مندرجہ بالا ہدایات پر عمل پیرا ہونے سے آپ بہت سے امراض دنداں سے محفوظ رہیں گے۔

خراب اور ہلتے ہوئے دانت۔ خراب اور ہلتے ہوئے مسوڑھوں کا بغور مطالعہ کریں اگر مسوڑے خراب ہو چکے ہوں۔ دانتوں کو کیڑا لگ گیا ہو۔ یا ان کی جڑیں خراب ہو گئی ہوں تو ایسے دانتوں کو کسی لائق اور تجربہ کار ڈاکٹر سے جس کے پاس تمام جدید آلات موجود ہوں نکلوا کر ان کی جگہ مصنوعی دانت لگوا لیں۔ اس سے سب سے بڑا فائدہ یہ ہوگا کہ دوسرے دانت محفوظ ہو جائیں گے۔ ورنہ وہی مرض آہستہ آہستہ تمام مسوڑھوں میں پھیل کر تمام دانتوں کو خراب کر دیگا۔

اگر تکلیف معمولی ہو تو ادویات کے استعمال سے رفع ہو جاتی ہے۔

منجن کے بہترین اور مجرب نسخے

	ایک اونس
کیمفر گم	
پیلو رانڈ اوریس روٹ	۳ ۰ ۰
پرسی پیٹیڈ چاک	۵ ۰

[illegible]

جلد اور رنگت

رخسار

انسان کی خوبصورتی قائم رکھنے میں جلد چہرہ اور اس کی رنگت کی صحت سب سے مقدم چیز ہے۔

چہرہ میں سے پیشانی، بھویں، آنکھیں، ناک، منہ، دانت، لب وغیرہ کا تذکرہ اس سے قبل کر چکے ہیں۔ اب رخساروں کا تذکرہ کیا جاتا ہے۔

رخساروں کو گال، عارض، چیک وغیرہ کہتے ہیں۔ اس کی بیرونی ساخت میں جلد، مغزی جھلی اور اندر عضلات، چربی، عروق اور غدود ہوتے ہیں۔

جلد - جلد تمام جسم پر مثل غلاف کے لپٹی ہوتی ہے۔ بیرونی گرمی، سردی اور حوادثات کا اثر سب سے اول جلد پر ہی ہوتا ہے۔ گویا جلد جسم کو ہر بیرونی تکلیف سے محفوظ رکھتی ہے۔ جسم کو بیرونی تکالیف سے بچانے کے علاوہ اندرونی طور پر بھی جلد بہت سے تحقیقی افعال بجا لاتی ہے۔ سب سے اول جسم کو گرمی، سردی اور حرارت کو اعتدال پر قائم رکھتی ہے۔ دوم مسامات کے راستے پسینہ کی صورت میں فضلات بدن کو خارج کرتی ہے۔ سوم بیرونی تازہ اثر میں سے ہوا، پانی اور دھوپ وغیرہ کو جذب کر کے جسم کی تقویت کا باعث بنتی ہے۔ جسم کے ان حصوں کی جلد زیادہ نازک ہوتی ہے جو پوشیدہ رکھے جاتے ہیں۔ عام طور پر ہاتھ پاؤں کی جلد زیادہ مضبوط اور موٹی ہوتی ہے۔

جیسا کہ ہم پہلے بتا چکے ہیں جلد دو طبقات میں منقسم ہے بیرونی حصہ اور اندرونی حصہ۔ علاوہ ان کے کئی متعلقات جلد بھی ہیں مثلاً ناخن، پسینے کے غدود، چکنائی کے غدود اور بال وغیرہ۔

جلد کی رنگت - جلد کی رنگت مختلف ہوتی ہے لیکن آب و ہوا کے اثر سے سیاہ، زرد، کہیں سفید، کہیں سرخ، کہیں سرخ اور سفید، کہیں شہابی، کہیں گندمی، کہیں چمپئی، کہیں سیاہی مائل۔ الغرض ہر جگہ کے باشندوں کی رنگت ان کے وطن کی آب و ہوا اور انسانی تعلقات کی بنا پر مختلف ہوتی ہے لیکن بعض ممالک ایسے ہیں کہ ان میں ہر رنگ اور ہر قسم کے لوگ کثرت سے پائے جاتے ہیں۔ ایسے ممالک میں ہندوستان بھی ہے جس میں ہر رنگ

کے آدمی موجود ہیں۔ اسی سرزمین ہند سے کالے کلوٹے پیدا ہوتے ہیں اور اسی سے سرخ اور سفید ایسے کہ یورپ بھی انگشت بدنداں رہ جائے۔ اسی کا باعث یہ ہے کہ ہندوستان میں ہزاروں سالوں سے غیر ملکی حملہ آور داخل ہوتے رہتے ہیں جن میں سے بعض اسی ملک میں رہنے سہنے لگے۔ سب سے اول ہندوستان میں اس کے اصل باشندے بھیل، گونڈ وغیرہ رہتے تھے جنہیں آریاؤں نے بزور شمشیر مطیع کر لیا اور غلام بنا لیا۔ جو بچ رہے وہ کوہ بندھیاچل اور دیگر دور دراز کے پہاڑی علاقوں میں بھاگ گئے جہاں اب تک ان کی نسل کے آدمی پائے جاتے ہیں۔

آریہ اس تاخت اور ہندوستان کے اصلی باشندوں کو تباہ و برباد کرنے کے بعد ہندوستان پر قابض ہو بیٹھے۔ آریہ وسط ایشیا سے آئے تھے اور ان کی رگوں میں زرد اور سرخ خون کی آمیزش تھی۔ اس لئے سفیدی مائل یا گندمی رنگ کی نسل ہندوستان میں پیدا ہو گئی اور موجودہ ہندوستان میں سے بیشتر کی رنگت گندمی یا زردی مائل بہ سفیدی ہے۔

اس کے بعد یونانیوں، ایرانیوں، مغلوں، افغانوں اور انگریزوں نے یکے بعد دیگرے ہندوستان پر حملے کئے جن میں سے بعض قوموں نے ہندوستان ہی میں اقامت گزیں ہو کر اس کو اپنا وطن قرار دیا۔ جس طرح سے آریہ ہندوستان پر قابض ہو کر اس کو اپنا وطن قرار دے چکے تھے اسی طرح سے عربوں، مغلوں اور افغانوں نے اس کو اپنا وطن قرار دیا۔ چنانچہ سندھ اور مالابار میں عربوں کی اولاد، شمالی پنجاب میں مغلوں اور افغانوں کی نسل موجود ہے۔ اجنبی ہونے کے لحاظ سے آریہ اور مغل اور افغان وغیرہ سب برابر ہیں۔ اسی لئے مادر وطن کی خدمت اور اس سے فائدہ اٹھانے میں دونوں برابر کے حقدار ہیں۔

ہندوستان کے اصلی باشندوں کی رنگت افریقہ کے حبشیوں سے ملتی جلتی ہے اور ہندوستان میں جس قدر سفید رنگ کے لوگ نظر آتے ہیں یہ تمام غیر ملکی ہیں۔ مگر صدیوں تک ہندوستان کی گرم آب و ہوا میں رہنے کی وجہ سے ان غیر ملکی باشندوں کی رنگت میں بھی تغیر نظر آتا ہے۔

پس ہندوستان کے ان لوگوں کی رنگت جو آریہ اور عرب، یونانی، مغل

چینی عورت

جاپانی عورت

اٹلی کی عورت

سلفر صفا	۴ ڈرام	گندھک آملہ سار
لیمن گم	۴۰ گرین	گندہ بیروزہ
اقاقیا گم	۳۰ "	گوند اقاقیا
روز واٹر	۴ اونس	عرق گلاب
لائم واٹر	۴ "	چونے کا پانی

ت کو ملا کر مساموں پر لگاتے ہیں۔

ے۔ انہیں وارٹس بھی کہتے ہیں گرمی کے پھول کی طرح سے سیاہ رنگ
ے سے نکل آتے ہیں۔ سٹرانگ ایسڈ و نیگر بیشل ہموزن ملا کر روئی سے لگائیں
ر یا چاقو سے کاٹ دینے کا ہے۔

چہرہ کو صاف کرنیکے چند دیسی نسخہ جات

ترس یا بس۔ باقلہ خربوزہ کے بیج ہر ایک ایک تولہ تخم مقشر۔ باشہ
کو باریک پیس کر پانی میں تر کر کے منہ پر مل لینا کے بعد اور بعد کو نیم گرم پانی سے دھو لیں
مغز بادام کی گری۔ ترس بچے کا آٹا۔ باقلہ۔ صندل ہر ایک ایک تولہ باریک پیس کر
ں اور تھوڑا سا بیسن کر دودھ میں ملا کر چہرہ پر ملیں اور نیم گرم پانی سے منہ دھو لیں
کتیرا تولہ۔ نشاستہ ۲ تولہ بادام کی گری ۲ تولہ۔ بورہ ارمنی ۱ تولہ۔ صابن ولایتی
ٹ کتیرا گلاب کے پھول ۲ تولہ صندل سفید ۲ تولہ۔ ان سب کو باریک پیس
یں اور تھوڑا سا ہتھیلی پر ڈال کر چند قطرے دودھ کے ڈالیں جس سے لئی ہو جائے
مل کر چہرہ پر ملیں۔

گردن۔ بازو۔ ہاتھ

کہتے ہیں صراحی دار گردن بہت پسندیدہ ہوتی ہے ہرن کی سی چال بھی ضرب المثل بھی
بے معنی ہوتی لیکن حقیقت میں چال کو دو چیزوں سے خاص طور پر نسبت ہے ایک گردن
سے کمر۔

کمر اور گردن کی لچک سے ہی چال میں خوبی پیدا ہوتی ہے۔
لمبی گردن جو سڈول ہو گردن کے رگ و ریشے ابھرے نہ ہوں اتنی نہیں گوشت

سے علیحدہ نہ ہوں گردن پر سر اس خوبصورتی سے آویزاں ہو کہ گردن پر اس کا بوجھ محسوس
تو یہ خوبصورت گردن ہے اگر گردن کی نسیں نمایاں ہوں تو گردن دبی دبی اور کمزور معلوم
ہے۔ اگر گردن چھوٹی ہو تو اس عیب کے چھپانے کے لئے گلو بند یا کوئی دوسرا زیور پہننا چاہیے
اگر گردن بہت کمزور ہو تو اس کے رگ و پٹھوں کی نشوونما کیلئے گردن کی مالش
گردن کی ورزشیں مفید ہیں۔ اگر صبح سیدھے تن کر کھڑے ہوں اور دائیں بائیں صرف
چہرہ کو گھما کر گردن کو حرکت دیں تیس چالیس بار کا ہیر کافی ہے۔

گردن کی ایک ورزش بھی جو قابل ذکر ہوتی ہے وہ یہ ہے کہ اوپر سے گردن نیچے
برابر ہموار ہو اوپر سے اور نیچے تک بالکل یکساں ہو کسی جگہ سے موٹی اور کسی جگہ سے پتلی
اگر اوپر سے پتلی اور نیچے سے موٹی ہو یا نیچے سے موٹی اور اوپر سے پتلی ہو تب بھی بدنما معلوم ہو
لگے ہیں زیورات صرف اسی قدر پہننے چاہییں جس قدر ضرورت ہو ضرورت سے زیادہ
سے تو گردن کے حسن کے پردہ پوش ہیں بجائے خوبصورتی میں اضافہ کرنے والے ہوں۔

گردن کے ساتھ کان کے زیورات کا بھی کسی قدر تعلق ضرور ہے اگر کان میں بڑی
بھری بالیاں ہوں اور کان ان کے بوجھ سے لٹکے پڑتے ہوں تو یہ بالیاں گردن کے اوپر
گردن تک لٹک آتی ہوں تو نہ صرف کانوں کو بدصورت بنا دیتی ہیں بلکہ زیادہ بھی بدنما
ہو نے لگتے ہیں۔ بہت لمبی گردن میں زیادہ لمبی قسم کے آویزے دکھائی نہ خوبصورت
ہوتے ہیں چھوٹی گردن میں چھوٹے آویزے پہننے چاہییں۔

بازو سڈول اور گول ہوں اور ان میں سے مچھلیاں ابھری ہوئی ہوں۔ کہنیاں نوک
سے ڈھلی ہوئی کلائیاں بھی پتلی نہ ہوں تو بازو اور کلائی خوبصورت معلوم ہوتی ہیں بازو
اور کلائیوں کی خوبصورتی کو قائم رکھنے اور کمزوریوں کو دور کرنے کیلئے بھی ورزش کافی ہوتی
ہاتھوں کی سطح پر قدرتی چکنی ہوتی ہے اس پر موسم کی گرمی سردی کا بہت برا اثر پڑتا
اس لئے ان کی حفاظت اور نگہداشت میں زیادہ توجہ کرنی چاہیے۔ اکثر ہاتھوں کے اوپر
کھردرے ہوتے ہیں بعض کے موسم سرما میں پھٹ جاتے ہیں۔ اس لئے ہاتھوں کی خوبصورتی
کا خاص طور پر خیال رکھنا چاہیے۔

بعض عورتوں اور مردوں کی انگلیاں اس قدر خوبصورت ہوتی ہیں کہ نہیں بے
اختیار پیار کرنے کو دل چاہتا ہے یورپ میں بعض ایسی حسین عورتیں بھی ہیں جنہوں نے

بعض خوبصورت اعضا کا بیمہ کرایا ہوا ہے اگر ان اعضا میں کسی قسم کا نقص پیدا ہو جائے تو وہ بیمہ
کمپنی سے ایک معقول رقم ہرجانہ میں لینے کی حقدار ہونگی اسی طرح سے بعض ایسی عورتیں جنہیں
پیانو بجانے پر کمال حاصل ہے اور یہ کمال انکی انگلیوں کی صحت پر موقوف ہے انہوں نے اپنی
انگلیوں کا بیمہ کرا رکھا ہے تاکہ اگر کسی حادثہ سے انگلی کو نقصان پہنچ جائے اور وہ ناکارہ ہو
جائیں تو انہیں اس آمدنی کی تلافی ہو سکے جو انہیں تندرست انگلیوں کے طفیل پیشہ سے ملتی ہے۔

ہاتھوں میں زیادہ انگشتریاں پہننی معقول نہیں۔

ہندوستانی رسم و رواج میں عورتیں ہاتھوں کو مہندی کے پتوں سے رنگتی ہیں یہ کوئی
چیز ہے جو یورپ والوں کو نصیب نہیں وہ ہاتھوں کو رنگنے کیلئے سرخی کا استعمال کرتی ہیں جو سرخی
مہندی سے زیادہ حرارت بھی رفع ہوتی ہے اور جلد ملائم رہتی ہے اور پھٹی ہوئی جلد درست ہو جاتی
ہے گویا ہاتھوں کی زینت ہے اگر اس چیز کو تعلیم یورپ کے سامنے پیش کیا جاوے تو
ہندوستان کے ہاتھوں میں بہت بڑی تجارت آ جاتی ہیں عورتوں کو حنا کے استعمال سے روکنا
ایک مشرقی بد مذاقی سمجھنا غلطی ہے۔

بعض لوگ شاستروں میں ہاتھوں کو نیلا، ہرا، پیلا، قرمزی اور عنابی رنگنے کے نسخے موجود
ہیں لیکن یہ سب بے ہودہ باتیں ہیں کوئی عورت اپنے ہاتھوں کو ان رنگوں میں رنگنا مناسب سمجھے گی۔

ہاتھوں کی صحت اور تندرستی کے لئے روغن بادام کی مالش سب سے افضل ہے یا مندرجہ
ذیل نسخہ سے کام لیں جو پھٹے ہوئے ہاتھوں کیلئے مجرب ہے۔

کوکو برگ ایک اونس — مغز باداموں کا تیل ایک اونس
اسالکتاٹ نمک ایک ڈرام — بوریکس ایک ڈرام
تیل برگیمٹ چند بوند — اول کوکو اور دونوں کو ہلکی آنچ پر گرم کریں

جب حل ہو جائیں تو نمک اور بوریکس اضافہ کر کے خوب ہلائیں اور نیچے اتاریں جب سرد
ہو جائے تو تیل برگیمٹ کی بوندیں شامل کر لیں۔

اگر ہاتھوں کی ہتھیلیوں میں پسینہ زیادہ آتا ہو تو ہاتھوں کو نیم گرم پانی سے دھو
کر ٹنک ایسڈ ایک ڈرام پھٹکڑی ڈرام روزانہ پانی میں ملا کر مرہم تیار کریں اور ہتھیلیوں
وغیرہ پر آہستہ آہستہ ملیں۔

پستان

عربی میں ثدیان اور انگریزی میں میمری گلینڈز MAMRY GLONDS
کہتے ہیں پنجابی اور اردو میں چھاتیاں۔ یہ وہ گلٹیاں ہیں جو گردن سے نیچے سینہ
پر دونوں جانب ہوتی ہیں اور بلوغت تک بڑھتی رہتی ہیں لیکن حمل اور ایام رضاعت
دودھ پلانے کے دنوں میں یہ بہت بڑھ جاتی ہیں بڑھاپے میں لٹک جاتی
ہیں یا مرجھا جاتی ہیں۔

بناوٹ

پستان کی بناوٹ میں غدودی مادے کے چھوٹے اور بڑے
حصے پائے جاتے ہیں۔ جن کے ساتھ کئی ریشی عروق اور نالیوں کا الحاق ہوتا ہے
کئی گول گول نرم گلٹیاں سی ہوتی ہیں۔ ان میں سے دودھ بنانے والی باریک باریک
نالیوں سے بڑی نالی بنتی ہیں۔ ایسی بہت سی نالیاں ایک جگہ جمع ہو کر ایک چھوٹا
سا سوراخ بناتی ہیں جو بھٹنی کے قریب ہوتا ہے یہاں تمام دودھ جمع رہتا ہے۔

دودھ کی ماہیت

دودھ میں ۸۸ فی صدی پانی ۱۲ فیصدی اجزائے جامدہ ہیں جن میں مکھن
اور پنیر پایا جاتا ہے۔ کچھ دودھ کی مصری (شوگر آف ملک) بھی پائی جاتی ہے جو
قدرت نے اس کو شیریں کرنے کے لئے ملائی ہے۔ نہایت قلیل مقدار میں نمکیات
بھی ہوتے ہیں۔

عورت بکری اور گدھی کے دودھ میں پانی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے لیکن
بھیڑ کے دودھ میں پانی کی مقدار بہت ہی کم ہوتی ہے جو عورتیں مٹھائی وغیرہ
زیادہ کھائیں ان کے دودھ میں اجزائے جامدہ زیادہ پیدا ہونے لگتے ہیں۔

بعض عورتوں میں دودھ زیادہ پیدا ہوتا ہے اور بعض میں کم۔ لیکن عام طور پر
ایک تندرست رات دن میں ۱½ سیر کے قریب دودھ دیتی ہے جس میں سے کچھ تو

پی لیتا ہے، اور کچھ ضائع ہوجاتا ہے۔

بچہ پیدا ہونے کے بعد جو دودھ پیدا ہوتا ہے۔ اس کو لبا کہتے ہیں۔ اس
دودھ میں ایک قدرتی مادہ مسہل موجود ہے۔ جسے پینے پر بچہ کے پیٹ میں جو جو
مسہل رحم میں وبیٹھے رہنے پر جمع ہوجاتا ہے۔ خارج ہوجاتا ہے۔ جو عورتیں اپنے
بچوں کو ابتدائی ایام میں دودھ نہیں پلاتیں وہ اپنے بچوں کی زندگی کو خطرہ میں
ڈال دیتی ہیں۔ اگر دایہ بھی رکھی جائے تو اس کے دودھ میں وہ قدرتی
کیفیت نہیں پیدا ہوسکتی۔ جو خدا نے ماں کے ابتدائی تین یوم کے دودھ میں
ودیعت کی ہے۔

اقسام

ضیاء الابصار میں عورتوں کے پستان کی تین اقسام لکھے ہیں۔ اول
چپٹے۔ یہ جڑ سے موٹے اور اوپر سے پتلے ہوتے ہیں۔ ان کی بلندی کم ہوتی ہے
دوسری گھیا پستان یہ ڈھلک جاتے ہیں اور بہت بڑے ہوتے ہیں۔ پنجاب
کی وہ قومیں جو گوشت کا استعمال نہیں کرتیں۔ ان میں یہی قسم ہوتی ہے
وہ لٹک جاتے اور بدوضع ہوتے ہیں۔ تیسری قسم کے پستان ہیں یہ جڑ
سے بھی موٹے اور اوپر سے بھی موٹے ہوتے ہیں اور یہ عام طور پر آخر عمر تک کچھ
اچھی حالت میں ہی رہتے ہیں۔ پستانوں کی بٹنیاں بھی مختلف قسم کی ہوتی
ہیں۔ بعض موٹی بعض نوکیلی بعض پتلی بعض بلند بعض جھکی ہوئی۔

مگر پستان تین اقسام میں تقسیم نہیں کئے جاسکتے جس طرح سے انسانوں
کے جسم قد رنگ اور مزاج میں یکسانی نہیں اسی طرح سے پستان بھی ایک ہی قسم
کے نہیں ہوسکتے تاہم جو عورتیں فربہی کی طرف مائل ہیں ان کے پستان لازمی طور
پر بڑے ہوجاتے اور ڈھلک جاتے ہیں۔ پیٹ پر لٹکتے ہیں اور بہت بڑے معلوم ہوتے
ہیں۔ جن خاندانوں میں فربہی مزاج کا ایک جزو ہوا نہیں ان کے متعلق بہت توجہ
رکھنی چاہئے۔ ان گھروں میں انگیا کو رواج دیا جائے اور ملغوب اشیاء کے استعمال
سے اجتناب کریں نیز معمولی سیر اور گھر کا ضروری کام کاج کرنا بھی مفید ہوتا ہے بچہ

کو صرف اتنی دیر ہی پستان منہ میں رکھنے دیں جتنی دیر اسے دودھ پینے کی ضرورت
ہو کیونکہ بعض بچے بہت زیادہ دیر تک بغیر ضرورت پستان منہ میں لئے رہتے ہیں
دودھ پلاتے وقت بچہ کو گود میں لیکر دودھ پلائیں ورنہ غیر فطری صورتوں میں پلانے پر
مثلاً بچہ زمین پر بیٹھا ہو اور چھاتی اونچی ہو تو لازمی طور پر وہ پستانوں کو نیچے کی طرف کھینچتا رہیگا
اور پستان نیچے کی طرف ڈھلک جائیں گے۔ انگیا کا استعمال جوانی میں ہی شروع کرا دینا
بہتر ہوتا ہے۔ ورنہ پستانوں کے بہت بڑھ جانے پر چنداں فائدہ مند نہیں ہوتا۔

پنجاب کے مسلمان خاندانوں میں پستانوں کے زیادہ لٹکنے کی زیادہ شکایت
نہیں کیونکہ مسلمان عورتیں فربہی کی طرف زیادہ مائل نہیں ہوتیں۔ البتہ ان میں ڈھیلا پڑ
جانے یا سوکھ جانیکا اندیشہ ضرور ہوتا ہے۔

پستانوں پر لباس کا اثر بھی ہوتا ہے مسلمان عورتوں کا لباس تنگ ہوتا ہے،
اور وہ گھروں میں بھی قمیض پہنے ہوئے کام کاج کرتی ہیں برخلاف ان کے ہندو
عورتیں گھروں میں کام کاج کرتے وقت صرف دھوتی کا ایک حصہ جسم پر رکھتی ہیں اس
صورت میں تمام دن پستان ادھر ادھر لٹکتے رہتے ہیں اور ان کے بڑھ جانے یا بدوضع ہو
جانے کا خطرہ لگا رہتا ہے۔ یہاں کسی مذہب یا قوم پر حملہ نہیں بلکہ بھی ضرورت کو مد نظر
رکھ کر امراض کا علاج اور اسباب لکھے جاتے ہیں۔

پستانوں کے متعلق ادویات

پستان جب بڑھنے لگیں تو انگیا کے استعمال کے علاوہ معاشرت کی
اصلاح کریں اور ادویات سے بھی کام لیں جو درج ذیل ہیں:

(۱)

زیرہ سفید پانی میں پیسکر لیپ کریں اور سرکہ جامن میں کپڑا تر کرکے اوپر
رکھیں اور محکم باندھیں ایک ہفتہ تک عمل کریں۔ زنگ آلود مصطگی ۲ تولہ، شہد ۱۰
تولہ ملاکر رکھیں اور ایک سو دفعہ صبح و شام کھایا کریں۔

(۲)

پوست انار، گل انار، چھال انار، برگ انار، جڑ انار ہر ایک ۵ تولہ لے کر دو سیر

نی ہیں اس قدر پکائیں کہ ایک پاؤ پانی رہ جائے۔ پھر اس قدر روغن سرسوں میں
پکائیں۔ جب صرف تیل رہ جائے تو چھان کر شیشی میں رکھیں۔ ان میں دو وقت
نیم گرم چھاتیوں پر ملا کریں اور باندھا کریں۔

(۳)

فرانس کے مشہور ڈاکٹر ویکار نے پستانوں کے لیے ادویات تجویز کی
ہیں جنہیں یہاں درج کرنا ضروری ہے۔

۲ گرام	ارسٹول	aristol 2 Grames
۳۰ گرام	سفید ویزلین	white vaseline 30 Grames
۱۰ بوند	پیپرمنٹ کا ست	Essince of pepermint 10 drops

ان کو ملا کر پستانوں پر ملیں اور مندرجہ ذیل لوشن میں کپڑا تر کر کے نصف
گھنٹہ کے اوپر رکھیں

۲ گرام	پھٹکڑی	Alum 2 Grames
	ایسی ٹیٹ آف لیڈ	acetate of lead 30 Grames
[illegible]	[illegible] پانی	distilled water 2 Grames
		Tinct of Banzoin 50 Grams
		Rose water "
		Tannin Pulvarised "

پستانوں کا تعلق نفسانی خواہش سے

سانس کے تمام متعلقات میں پستان کو درجہ دوم حاصل ہے اور جہاں تک
طبیعت اور انسانیت کا اقتضا ہے پستان درجہ اول رکھتے ہیں۔ یہ جو جنسی بلندی
کی اذیت اور رحم سے خاص تعلق رکھنے کے عورت پستانوں کے مساس کو پسند کرتی
ہے۔ اس کا سائنسی اصولوں کے مطابق صرف اسی قدر ہے کہ پستانوں کے ریشے

پٹھے عورت کے رحم سے پیوستہ ہیں۔ خونِ حیض جب بند ہو جاتا ہے تو رحم کے
بچہ کی پرورش کا باعث بنتا ہے۔ جب بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔ تو یہی خون اب عورت
کے پستانوں کی طرف رجوع کر کے دودھ کی شکل میں بچہ کو ملتا ہے۔ پس رحم اور پستان
کا یہ تعلق عورت کی خواہش سے بھی تعلق رکھتا ہے۔

عورت کی حالت انتشار کا شریفانہ اندازہ اس کے پستان کی سختی سے ہو
سکتا ہے۔ جو اس وقت تن جاتی ہے اور بعد میں یہ سختی باقی نہیں رہتی۔

بعض نوجوان لڑکیوں کے چہرہ پر باوجود کم سنی اور نوجوانی کے آنکھوں کے
گرد چھوٹے چھوٹے حلقے پڑ جاتے ہیں کیونکہ انہیں ایک قسم کا سیلان الرحم شروع
ہو جاتا ہے۔ جو بہت خطرناک ہوتا ہے۔ جب بچہ اپنے ہونٹوں میں پستان کی گھنڈی
لے کر چوستا ہے تو عورت کو ایک خاص حظ حاصل ہوتا ہے۔ اور اس کی خواہش
بیدار ہو جاتی ہے۔ طبیعت میں گرمی آ جاتی ہے۔ اس کی آنکھیں ذرا سرخ
اور چمکنے لگتی ہیں۔ لیکن یہ حالت ان عورتوں میں پیدا نہیں ہوتی جو اپنے بچہ کو
محض دودھ پلانے کی غرض سے گود میں لئے بیٹھتی ہوں۔ کیونکہ اعمال نیتوں پر منحصر
ہوتے ہیں۔ ان کی قوت خیال اس ناپاک ارادہ سے ملوث نہیں ہوتی۔

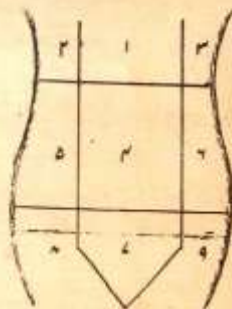
بعض نوجوان لڑکیاں ایک دوسری کے پستان چوسنے لگتی ہیں۔ اور باہم
لپٹ جاتی ہیں۔ ان کی نگرانی رکھیں اور کبھی یک جا نہ ہونے دیں اور جسمانی
سزا دیں۔

ڈاکٹر فیفیوٹ ایم ڈی لکھتے ہیں کہ فرانس کی بعض عورتوں میں ایسی عورتیں
بھی موجود ہیں۔ جو چھوٹے بچوں سے خواہش نفسانی پورا کرنا چاہتی ہیں۔ اس قسم کی
عورتیں گھروں کی خادمائیں ہوتی ہیں۔ جو چار سال سے کر آٹھ سال کے بچوں کو
ساتھ سلاتی ہیں اور واقعات کی اصلیت کا پتہ اس وقت چلتا ہے۔ جب بچے
سوزاک وغیرہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

ڈاکٹر کیسپر نے ایک عورت کا ذکر کیا ہے۔ جو ایک چھ سالہ بچے کو اپنے پاس
سلاتی تھی۔ وہ اس کو اپنی چھاتی اور اعضائے مخصوصہ کے ساتھ مس کرتی اور اسی

رح سے اُس نے اس کو سوزاک کر دیا۔ ڈاکٹر موصوف نے ایسی ایک اور عورت کا ذکر کیا ہے۔ جس میں لڑکے کی عمر دو سال تھی۔

اس لئے گھروں میں خادماؤں و نوجوان لڑکیوں اور چھوٹے بچوں کی پوری پوری نگہداشت ہونی لازمی ہے۔ ورنہ معمولی سی فروگذاشت سے بچوں اور لڑکیوں کی عمر تباہ ہوجاتی ہے۔

پیٹ اور کمر

پیٹ کو اطبا نے آٹھ حصوں میں تقسیم کیا ہے

(۱) حصہ اول۔ معدہ کا درمیانی حصہ۔ جگر کا بایاں زائد تر آب عروق جگر بالفرض بڑی شریان وغیرہ۔

(۲) حصہ دوم۔ جگر کا دایاں زائد حصہ۔ پتہ۔ بارہ انگشتی آنت۔ دائیں گردے کا بالائی حصہ اور کلاہ گردہ۔

(۳) حصہ تیسرا۔ اس میں قسم معدہ (معدہ کا منہ) تلی۔ فوتوں کا خم۔ بائیں گردہ کا نصف بالائی حصہ اور کلاہ گردہ۔

(۴) حصہ چہارم۔ یہ ناف کا مقام ہے۔ فوتوں کا کچھ حصہ۔ آنتوں کے پردے ماساریقا کا کچھ حصہ۔ بارہ انگشتی آنت کا نچلا حصہ۔ حال آنت پیچدار آنت

(۵) حصہ پنجم۔ یہ دایاں کمر کا مقام ہے۔ اس میں دائیں گردے کا زیریں حصہ اور پیچ دار آنت کے کچھ حصے ہوتے ہیں۔

(۶) حصہ ششم۔ بایاں کمر کا مقام۔ اس میں فوتوں کے اترنے والا حصہ۔ بائیں گردہ کا نچلا حصہ۔ پیچدار آنت کے کچھ پیچ۔

(۷) حصہ ہفتم۔ یہ پیڑو کا مقام ہے۔ بچوں کا مثانہ۔ جوانوں میں مثانہ اس حالت میں جب پیشاب سے بھرا ہو۔ عورتوں میں ایام حمل میں رحم

(۸) حصہ ہشتم۔ اس مقام میں اعور۔ گردہ و مثانہ کی درمیانی نالی۔ منی کی نالی۔ فوتوں کے چڑھنے والا کچھ حصہ۔

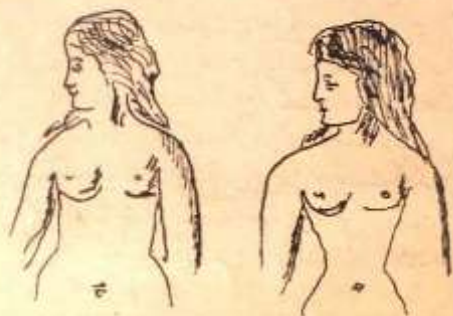
(۹) حصہ نہم۔ فوتوں کا خم۔ گردہ و مثانہ کی درمیانی نلی اور منی کی نالی۔

ہندوستان کے شاعروں سے خدا بچے۔ ان کے مبالغہ کی سب سے زیادہ کمر ہی نشانہ رہتی ہے۔ کمر کے متعلق ہندوستانی شعرا نے کہیں بال کا تار باندھا ہے۔ کہیں سرے سے وجود ہی سے انکار کر دیا ہے۔ اس مبالغہ آمیزی کا نتیجہ نکلا کہ ہمارے ملک میں کمر کی نسبت غلط خیالات پھیل گئے ہیں اور بہت پتلی اور نازک کمر خوبصورتی کا لازمی جزو تصور کی جانے لگی۔

اس پر مغربی معاشرت نے اور بھی بگاڑ کیا اور یورپین لیڈیوں کی کمر کے انداز نے اس خیال میں اور بھی پختگی پیدا کر دی۔

یورپ میں عورتیں کمر کے گرد ایک چیز کورسٹ باندھتی ہیں۔ اس سے کمر پر ایک غیر فطری دباؤ پڑتا ہے اور کمر کی نشو و نما پورے طور پر نہیں ہو سکتی جس طرح سے چینی عورتوں کے پاؤں میں لوہے کی جوتیاں پہنانے سے بڑھنے سے رک جاتے ہیں۔ اسی طرح کمر پر کورسٹ پہننے سے کمر تنگ رہ جاتی ہے۔

یورپین لیڈیوں کے کورسٹ پہننے سے ان کی کمر میں خواہ مخواہ تنگی پیدا ہو جاتی ہے اور چھاتی پر ایک ابھار سا معلوم ہونے لگتا ہے۔ اس نظارہ کو دیکھ کر پتلی کمر کے شیدائیوں کو ہندوستانی شاعروں کی نازک خیالیاں درست معلوم ہونے لگیں

یہ خیال عام طور پر رائج ہو گیا کہ پتلی کمر خوبصورتی کا لازمی جزو ہے۔
لیکن حقیقت یہ ہے کہ اگر کمر کو غیر فطرتی ذرائع سے پتلا کیا جائے تو وہ خوبصورتی
کا جزو نہیں بن سکتی بلکہ وہ بدصورتی پیدا کرتی ہے۔ ہم نے ایک مجسمہ دستی
بنوایا ہے جس کے دیکھنے سے معلوم ہو سکتا ہے کہ کمر پر اس غرض کے لئے

دباؤ ڈالنے سے پسلیوں پر کیسا برا اثر پڑتا ہے۔ اور پھیپھڑے کا بھی کیسا بدنما ہو جاتا
ہے اس کے علاوہ ایسی عورتیں اکثر بیمار اور کمزور رہتی ہیں۔ ان کا معدہ پورے طور پر
کھانا ہضم نہیں کر سکتا۔ ان کو بھوک کم لگتی ہے چند لقمے کھانے سے ان کا پیٹ
بھر جاتا ہے۔ بدہضمی، قبض اور پیچش کی امراض میں مبتلا رہتی ہیں۔
بہت پتلی کمر جو غیر فطرتی ذرائع سے پیس کی جائے وہ انسان کی چال میں
غیر فطرتی لچک پیدا کرتی ہے عورت صحیح طور پر سیدھی کھڑی نہیں ہو
سکتی۔ وہ لچک یا بل جو قدرتی طور پر چلنے میں خفیف سا پیدا ہوتا ہے۔ وہ کمر کے
دبنے میں بہت زیادہ نمایاں رہتا ہے اور چلتے ہیں تو وہ اس قدر لچک پیدا کر
لیتی ہے کہ "دوہری کمر ہو گئی" کا مصداق ہے۔ اس لئے کمر کی یہ زیادتی بدصورتی پیدا
کرتی ہے۔
عورت ہو یا مرد، اس کا انداز اور اس کے اعضا کا تناسب صرف چال

میں معلوم ہو سکتا ہے اعضا کا سڈول پن ان کے تناؤ اور لچک میں مضمر ہے۔ ا
صرف تناؤ ہو تو اکڑپن معلوم ہوگا۔ اگر صرف لچک ہو تو کمزوری معلوم ہوگی۔ کمر پر غیر فطر
دباؤ سے پیدا شدہ تنگی سے جسم کا تناؤ باقی نہیں رہتا۔
یورپ میں بھی اب بیشتر عورتوں نے کمر کے گرد کورسٹ پہننا ترک کر
دیا ہے اگرچہ بعض عورتوں کی کمر کے گرد صرف ۱۲ انچ کورسٹ پہنی جاتی ہے
کورسٹ لباس کے اندر پہنا جاتا ہے۔ اس میں لوہے کی تاریں بھی ہوتی ہیں
اور ہر سال یہ کورسٹ کروڑوں کی تعداد میں فروخت ہو جاتے ہیں۔ یورپ کے
ڈاکٹروں نے کورسٹ کے خلاف جہاد شروع کر رکھا ہے۔ وہ اس کے خلاف مض
لکھتے ہیں اور ملک کو اس برائی کے دور کرنے پر آمادہ اور مستعد بنا رہے ہیں ماہر
کا خیال ہے کہ کورسٹ سے امراض پھیپھڑوں میں ترقی ہو رہی ہے۔ کیونکہ اس سے
تنفس پر بھی دباؤ پڑتا ہے۔ کورسٹ سے یورپ میں عورتیں کمزور ہو رہی ہیں
اور ان کی اولاد بھی کمزور پیدا ہوتی ہے۔ کیونکہ اس سے انتڑیوں، مثانہ اور امعا
ایک سخت دباؤ اور بوجھ پڑتا ہے۔
اس لئے ہندوستان کی عورتوں کو خیال رکھنا چاہئے کہ کورسٹ ا
کمر کی پٹی صحت کے لئے مضر بلکہ خطرناک ہیں۔
کمر کی خوبصورتی اس کے قدرتی بل پر موقوف ہے اور یہ قدرتی بل اعتدال
سے ہو تب ہی خوبصورت معلوم ہوتا ہے قدیم ہندوستانی اور یونانی بتوں کو دیکھ
سے یہ قدرتی بل معلوم ہوتا ہے۔
ہندوستان کی عورتوں کی کمر کے بڑھنے کے کئی اسباب ہیں اگر عورتیں
ان سے بچ جائیں تو کمر کی قدرتی مناسبت قائم رہ سکتی ہے۔
ہندوستانی عورتوں کا پیٹ جلدی بڑھ جاتا ہے۔
اس کے اسباب حسب ذیل ہیں۔
(۱) بادی انگیز اشیا کا کھانا مثلاً ماش کی دال گوبھی، دودھ، کھیرے، ککڑی وغیرہ
(۲) کثرت خوری، اکثر عورتیں دن بھر کھاتی رہتی ہیں۔
(۳) کاہلی اور سستی۔ ہندوستانی عورتیں یورپین عورتوں کی طرح سے کسی

قسم کی ورزش نہیں کرتیں۔

بچہ پیدا ہونے کے بعد ضروری احتیاط اور تدابیر پر عمل نہیں کیا جاتا۔ اور ایام
زچگی میں ہی بعض عورتوں کا پیٹ بڑھ جاتا ہے۔

طرزِ بود و ماند۔ عام طور پر عورتیں غیر محتاط ہوتی ہیں۔ بچوں کو دودھ پلاتے
وقت لیٹ جاتی ہیں اور بچہ پیٹ پر اوندھا لیٹ کر دودھ پیتا ہے وغیرہ وغیرہ

مسلمان عورتیں اگرچہ ہندو عورتوں کی نسبت بہت زیادہ پابند پردہ ہیں
ان کو باہر نکلنے کا بہت کم موقع ملتا ہے۔ برخلاف اس کے ہندو عورتیں روزانہ
[illegible]رتیں اور خرید و فروخت کے لئے بھی بکثرت بازاروں میں آمد و رفت رکھتی
[illegible] اس پر بھی مسلمان عورتوں کی کمر ہندو عورتوں سے پتلی ہوتی ہے۔ اور ان کا
پیٹ جلدی نہیں بڑھ جاتا۔ اس کا باعث یہ بھی ہے کہ مسلمان مرد اور عورتیں
[illegible]ب گوشت سرخ مرچ اور گھی بکثرت کھاتے ہیں۔ اس کے مقابل میں ہندو
[illegible]تیں گوشت بالکل نہیں کھاتیں اور دودھ سیاہ مرچ ترشی (جو سرد ہوتی ہے)
[illegible]ں کی دال۔ مونگ کی دال کدو گھیا وغیرہ یا دیگر اشیا زیادہ کھاتی ہیں

ہمارے ملک کی ہندو عورتوں کو زیادہ ورزش اور مصالحہ دار اشیا کے کھانے
کی ضرورت ہے اور بادانگیز اشیا سے ان کو پرہیز لازم ہے۔

کمر و پیٹ کا تناسب جسم کے تناسب کے لحاظ سے ہونا چاہئے۔ اگر عورت کی
[illegible]ں سینہ اور پیٹ کے درمیان کچھ تھوڑی سی تنگی یا خم پایا جائے اور عورت
کے سیدھے کھڑے ہونے سے پیٹ کا ابھار قطعاً معلوم نہ ہو تو کمر خوبصورت ہے

اگر مرد اپنی کلائی عورت کی کمر کے گرد حمائل کر کے اپنی طرف کھینچے۔ اور اس
[illegible] عورت کا پیٹ کسی قسم کی رکاوٹ پیدا نہ کرے تو کمر اور پیٹ کی مناسبت ٹھیک ہے۔

زنار بند۔ ہندوستان میں بعض عورتیں پیٹی کا کام ازار بند سے لینا چاہتی ہیں جس سے بد
ہضمی اور قبض کی شکایت پیدا ہوتی ہے نیز امراض رحم کے پیدا ہونے کا بھی اندیشہ
رہتا ہے ازار بند موٹا ہونا چاہئے اور اس کو زیادہ کس کر نہ باندھیں

ہندوستان بھر میں گجرات کاٹھیاواڑ کی عورتوں کی کمر سب سے خوبصورت ہوتی ہے

ران پنڈلی اور پاؤں

رانیں بھی خوبصورتی کا ایک جزو ہیں۔ ان کی چند تصاویر شائع کرتے
ہیں ان تصاویر کے ملاحظہ سے معلوم ہو سکتا ہے کہ وہ ایک دوسرے سے کیسی مختلف
رانوں کی مختلف بناوٹیں عورتوں کی چال میں عظیم تغیر پیدا کرتی ہیں۔ ان کے کھڑے
کے انداز سے انکے رانوں کی بناوٹیں معلوم ہو سکتی ہیں درمیانی عورت کی رانیں ا[illegible]
والی سے بہتر ہیں وہ سیدھی اور تن کر چل سکتی ہے اور گرد والی دونوں عورتیں جھول
چلیں گی اور ایک پاؤں پر زیادہ زور رکھیں گی۔

ایسا ہی گھٹنوں کی ساخت سے معلوم ہو سکتا ہے جس عورت یا مرد کے گھٹنے
گھماکر اٹھانے سے وہاں کی ہڈیاں ننگی ہو جائیں تو ان کی پرورش میں کوئی نقص ضر[ور]
باقی ہے اور جن کے گھمانے سے وہ گوشت سے ڈھنپی رہیں وہ بہتر ہیں۔

ایسا ہی پاؤں کو دیکھئے ان کی ساخت میں کس قسم کا فرق ہے مشرقی مم[الک]
طور پر چھوٹے پاؤں پسند کئے جاتے ہیں اور ان میں اس حد تک مبالغہ کیا جاتا ہے
کہ چین میں تو لوہے کی جوتیاں پہنکر پاؤں بالکل ننھے ننھے ہی رکھے جاتے ہیں یو[رپ]
میں اس قدر سختی تو نہیں لیکن وہاں بھی ایسے تنگ بوٹ ضرور پہنے جاتے ہیں جن[سے]
پاؤں غیر معمولی طور پر بڑھنے نہ پائیں۔

ہندوستان میں عورتوں اور مردوں کو ننگے پاؤں پھرنے کی بہت بُر[ی]
عادت ہے ایک تو اس سے پاؤں کو غلاظت لگتی اور گھر کا فرش تک خراب ہوجا[تا]
ہے۔ دوم متعدی امراض بکثرت پھیلتے ہیں۔

بعض جاہل آدمی فقیروں اور سادھوؤں کو ننگے پاؤں پھرتے دیکھ کر اس
ہندوستان کی خاص تہذیب سمجھتے ہیں حالانکہ ہندوستان کی تہذیب قطعی پابند[illegible]
ننگے پاؤں پھرنا، ایک لمبا سا کپڑا کرتے کی صورت میں پہننا ہی نہیں ہے اور اگر
تو اس پر اصرار ہو تو زمانہ حاضرہ کی ضروریات کے مطابق اس کو بدل دیجئے۔

عورتوں اور مردوں کے لئے روزمرہ سیر کو جانا یکساں مفید ہے ہندو عورتیں اس مقصد میں کامیاب ہیں۔ گرمی ہو یا سردی وہ دریا، تالاب پر نہانے کے لئے ضرور جاتی ہیں۔ دریاؤں اور تالابوں پر جڑیاں نہانے کے حق میں رائے نہیں دے سکتا لیکن نہانا یا سیر کرنا صحت کے لئے ایک مفید ترین چیز ہے۔

پاؤں کو کبھی کبھی مہندی لگانا اسے پھٹنے سے روک دیتا ہے جہلم پانی پر دھونا بھی مفید ہے اگر پاؤں میں بدبو اور پسینہ آتا ہو اور جرابیں خراب ہو جاتی ہوں تو پوٹاسیم پرمنگناس کو نیم گرم پانی میں ملا کر اس سے پاؤں دھویا کریں۔

اگر پاؤں پھٹ جاتے ہوں تو گلیسرین میں تھوڑا زنک آکسائیڈ ملا کر ملا کریں۔

ناچنا۔ پنڈلیوں پاؤں اور ٹانگوں کی صحت کے لئے بلاشبہ مفید ہے۔ ہندوستان کی دیہاتی آبادی میں لڑکیاں چھ سال سے لے کر اٹھارہ سال کی عمر تک قریباً ہر روز ناچتی اور جھومر ڈالتی ہیں وہاں آزادی ہے اور دیہاتی رسم و رواج بھی اس قسم کے افعال کے خلاف نہیں ہیں۔ برخلاف اس کے شہروں میں یہ بے حیائی کے مترادف ہے۔ اس لئے اس کے متعلق مذہبی یا اخلاقی نکتہ نگاہ سے کوئی رائے دینا خطرناک ہے۔

خوشبو

خوشبو کا تعلق صحت انسانی سے

خوشبو کی تاریخ معلوم کرنے سے ظاہر ہے کہ افریقہ کی وحشی ترین اقوام میں بھی خوشبویات کا استعمال مروج تھا اور وہ بھی مختلف قسم کے روغن اپنے جسموں پر ملتے تھے۔

خوشبو کی ایجاد کا فخر خدا جانے کس کو ہو گا لیکن ہر انسان کی آنکھ سب سے اول خوبصورت پھولوں کی کشش سے متاثر ہو کر ان کی طرف متوجہ ہوتی ہے اور خدا داد قوت شامہ سے سونگھنے پر مجبور کرتی ہے پس قدرت کی اس تقسیم سے انسان ابتدائے

عالم ہی سے واقف ہو گا گویا خوشبوؤں کا پسند کرنا اور استعمال کرنا اس کی فطرت میں داخل ہے۔

ابتدا میں انسان درختوں کی چھال اور جڑوں سے خوشبو مہیا کرتا تھا یہاں تک کہ اسے پھولوں سے خوشبو حاصل کرنے کا طریقہ آیا۔ اور اس فن نے یہاں تک ترقی کر لی کہ اب دنیا میں یہ ایک نفع بخش صنعت آرٹ خیال کیجاتی ہے۔

قدیم مصری تہذیب کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ وہاں خوشبویات کا بے حد رواج تھا۔ اس کثرت سے کہ اس کے مطالعہ کے بعد ہم اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ قوموں کی ترقی اور زوال میں خوشبو کو بھی بہت بڑی حد تک تعلق ہے۔

مصر میں خوشبوؤں کے ذریعہ سے لاشوں کو محفوظ رکھا جاتا تھا۔ اور اس پر اسقدر رقوم صرف کی جاتی تھیں جن سے مصریوں کی آمدنی کا بیشتر حصہ خرچ ہو جاتا۔ آج کئی کئی ہزار سال کے بعد بھی جب ان لاشوں کو نکالا گیا ہے تو وہ خوشبویات سے معطر ہو رہی ہیں مصری تہذیب کے عروج کے زمانہ میں ایران اور عرب سے خوشبودار ادویات جڑوں اور پھولوں پتوں کی اتنی مقدار جاتی تھی کہ ایرانیوں کی آمدنی کا بڑا ذریعہ یہی تجارت تھی جس سے مصر کی دولت کھنچ کر ایران میں چلی گئی۔

مصریوں کے بعد یہودیوں کے ہاں اس کا رواج ہوا اور حضرت موسیٰ علیہ السلام کے عہد میں بھی حجاموں، بال بنانے والوں اور خوشبو بیچنے والوں کا وجود پایا جاتا ہے۔

یہودیوں کے بعد بابل اور نینوا کی تاریخ کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ بالوں کو گھونگھریالا بنانا اور آنکھوں میں سرمہ لگانا جسم پر خوشبو ملنا ان میں مروج تھا۔

چونکہ کیمسٹری کے بانی عرب ہی ہیں اس لئے سب سے اول تو انہوں نے خوشبودار جڑوں اور پتوں سے خوشبودار عرق تیار کئے عرق گلاب روز واٹر کی ایجاد کا سہرا عربوں کے سر ہے پھر یونانیوں نے خوشبودار تیلوں کو ایجاد کیا۔

یونان میں متعدی امراض کا علاج صرف خوشبویات سے کیا جاتا تھا۔ ایک بار جب پلیگ ملک کا صفایا کر رہی تھی تو ہر گھر میں کثرت سے خوشبوئیں جلائی گئیں تب پلیگ دور ہو گئی اور یہ بات تسلیم ہو چکی ہے کہ خوشبویات کا پاس رکھنا

نا، گھر میں رکھنا اور جلانا تمام اقسام مرض سے گھر اور گھر والوں کو محفوظ رکھتا
ہے۔ خوشبویات کے کارخانوں میں کام کرنیوالے ہمیشہ متعدی امراض کے حملوں
سے محفوظ رہتے ہیں مشہور بادشاہ نیرو کی بیوی پاپار جب مر گئی تو ایک سال تک
کی لاش کے پاس خوشبوئیں جلتی رہی تھیں ملکہ الزبتھ ہر روز دارچینی کا ایک کپ
کسی نہ کسی صورت استعمال کرتی تھیں تاکہ متعدی امراض کے حملوں سے محفوظ
ہیں۔ چنانچہ جدید مغربی تجربات کی رو سے ثابت ہے کہ دارچینی کا ست اگر ایک بوتل
عرق کے مریض کے کمرہ میں رکھا جائے تو بارہ گھنٹوں میں تمام جراثیم کو
ہلاک کر دیتا ہے اور گھر کے دیگر آدمی اس مرض کے حملہ سے محفوظ رہتے ہیں۔

چین میں خوشبویات کا کثرت سے رواج ہے صرف کشمیر سے ۲۰ لاکھ
...ندونی کٹ ہر سال چین کی طرف بھیجی جاتی ہے۔

ہندوستان میں جو ٹکا مروج ہے جس سے متعدی امراض دور ہو جاتی ہے
مسلمانوں میں جہاں خوردوں کا ذکر آتا ہے وہاں خوشبویات کا بھی ذکر
ہے اور خوشبو کا استعمال کرنا سنت سمجھا جاتا ہے یعنی پیغمبر اسلام نے بھی استعمال
کیا اور حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ اگر میں تجارت کرتا تو خوشبوؤں کی ہوتی
سلطان صلاح الدین نے بیت المقدس فتح کرکے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی
دیواروں کو عرق گلاب سے غسل دیا تھا۔

ہندوستان میں عطروں کی صنعت اپنی نظیر نہیں رکھتی تقریباً ۴۰ من گلاب کے
پھولوں سے ۱ تولہ عطر کھینچا جاتا ہے جو تقریباً ایک سو روپیہ تولہ کے حساب سے
فروخت ہوتا ہے۔

جرمن کے مشہور شہر لیزگ میں ہندوستان کے ساختہ عطر کے مقابلہ میں عطر گلاب
تیار کیا گیا ہے جس میں کہتے ہیں کہ کامیابی ہوئی ہے۔

بعض دوں کا قول ہے کہ خوشبو کا اثر انسانی روح پر مثل راگ کے ہوتا ہے
اور انسان اس سے بیحد متاثر ہوتا ہے۔

خوشبو میں پیار و محبت بڑھانے کے لئے بھی مفید ہیں۔ بعض طبائع کو
کسی خاص قسم کی خوشبو مرغوب ہوتی ہے جس کو سونگھتے ہی انہیں بے چینی

سی محسوس ہوتی ہے۔ بعض طبائع کو خوشبویات کے استعمال سے درد سر کی شکایت ہوتی
ہے۔ ان کے لئے ہلکی قسم کی خوشبوئیں بہتر ہیں اور یہ صرف انتخاب کی غلطی ہوتی ہے
ورنہ ہر انسانی روح کسی نہ کسی خاص خوشبو کو ضرور ہی پسند کرتی ہے۔

خوشبو کا اثر اعضائے مخصوصہ پر

ملذذات میں خوشبویات کا استعمال جائز یا ناجائز اور فائدہ ہوتا ہے تو
کیوں؟ اس کا جواب حصہ دوئم میں دیا جائیگا کیونکہ اس حصہ میں شادی کا ذکر
نہیں ہے اور ان چیزوں کا استعمال بغیر شادی کے نہیں ہو سکتا۔

یہاں خوشبو کا اثر بتلاتا ہے اور یہ اثر دماغی اور روحانی ہے۔

انسان میں خواہش جماع کی ابتدا دماغ میں ہوتی ہے اور وہیں سے براستہ
شریان دماغی کے خصیتین میں آکر انتشار پیدا کرتی ہے اس کا ثبوت یہ ہے کہ دو
رگیں جو کان کی پشت پر ہیں کاٹ دی جائیں تو انسان خصی ہو جاتا ہے۔

اگر انسان کی دماغی قوت ضعیف ہو تو خواہش کم یا کم پیدا ہوتی ہے۔ اگر
انسان کا دماغ رنج و فکر غم اندیشہ یا خوف میں مبتلا ہو تب بھی حسب خواہش جماع
نہیں ہو سکتا۔

ان امور سے ثابت ہوا کہ دماغ اور قلب کی صحت پر انسان کی خواہش
جماع کا تعلق ہے پس اگر دماغ اور قلب میں تقویت پہنچائی جائے تو بلا شک و شبہ
انسان کے قویٰ اپنی پوری قوت کے ساتھ ایک مرکز پر جمع ہو سکتے ہیں۔

خوشبو کا تعلق روح اور دماغ سے ہے اس سے دماغ میں ایک قسم کا
ہیجان پیدا ہوتا ہے ایک سرور آتا ہے۔ خوشی اور مسرت کی رو تمام جسم میں دوڑنے
لگتی ہے۔ اسوقت انسان کی ذرہ ذرہ طبیعت میں زندگی اور زندہ دلی پیدا ہو جاتی
ہے پس خوشبو سے انسان کے قویٰ پر نہایت دلکش اثر پیدا ہوتا ہے اور انسان
خواہ مخواہ اپنی توجہ سے مسرت کی ان گھڑیوں کا انتظار کرتا ہے جن میں وہ حظ حاصل
کرے جو عورت و مرد کی افزائش نسل اور باہمی پیار و محبت کے لئے قدرت نے
ودیعت کیا ہے۔

اسی لئے کثرت ازدواج کے عادی امرا کے محلات میں خوشبوؤں کی کثرت

تی ہے خصوصاً جلد عروسی تو خوشبو سے معطر ہوتا ہے۔
یہ باتیں خیالی نہیں بلکہ طبی ہیں اور تجربے سے بخوبی ثابت ہو چکی ہیں۔
ہندوستان میں جسقدر خوشبوئیں دستیاب ہو سکتی ہیں وہ کئی اقسام کی ہیں۔
سب سے بڑی دو اقسام ہیں ولایتی خوشبوئیں اور دیسی خوشبوئیں۔
ولایتی خوشبوئیں بھی دو اقسام کی ہیں:-
(ا) عطریات کی شکل میں۔
(ب) روح کی شکل میں
ہندوستان میں خوشبویات کئی شکلوں میں دستیاب ہوتی ہیں۔
(۱) عرق (۲) روح (۳) سفوف (۴) تیل (۵) عطر (۶) بتیاں وغیرہ۔
پھر عطریات میں بھی اصلی اور نقلی دونوں موجود ہیں۔ اور ایک روپیہ تولہ سے لے کر ۲۵۰ روپیہ تولہ تک کا عطر موجود ہے۔
ذیل میں چند انگریزی نایاب اور دیسی صحیح نسخہ جات درج کئے جاتے ہیں تاکہ ناظرین فائدہ اٹھا سکیں۔

ہندوستانی نسخہ جات

عود	دو دام
صندل	ایک دام
عرق گلاب	ایک پاؤ
عرق یاسمین	
عنبر	۳ ماشہ
مشک	

ترکیب تیاری

صندل اور عود کو باریک کوٹ کر عرق گلاب میں بھگو دیں۔ جب خشک ہو جائے تو پھر عرق یاسمین ڈالیں اور خشک کریں پھر عنبر اور مشک ملا کر چھان لیں۔ تیار ہے۔

عطر جہانگیری ۔ روتیا کے پھول لے کر نکالا عرق کشید کریں اور چینی کے برتن میں ڈال کر رات کو کھلی ہوا میں گرد و غبار سے بچا کر رکھیں۔ صبح تھوڑا سا عطر عرق کے اوپر معلوم ہوگا۔ اس کو علیحدہ کر لیں۔ بس یہ عطر ہو گیا جہانگیری ہے۔ اسی ترکیب سے باقی پھولوں کا عطر بھی نکالا جا سکتا ہے۔

مکان میں جلانیوالی خوشبو جو ہر مرض سے گھر کو محفوظ رکھتی ہے

لوبان کوڑیالہ	آدھ پاؤ
ہڑی	تین چھٹانک
بیخ بنفشہ	اڑھائی پاؤ
لاذن	"
صندل	ایک سیر
عود	پانچ سیر

ہر ایک کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر ملائیں اور دو بوتل عرق گلاب یا حسب ضرورت میں گوندھ کر بتیاں بنا کر خشک کریں اور ضرورت پر مکان میں جلایا کریں۔

فتیلہ

رس	ایک تولہ
عود	۴ "
چھڑیلہ	۲ "

سب کو باریک کر کے ملائیں اور بتی میں لپیٹ کر چراغ میں جلائیں تمام گھر معطر ہوگا۔

اگر بتیاں

اگر	۱۰ تولہ	لوبان	۱۰ تولہ	کوٹ	۲ ماشہ
صندل	۲۰ "	نکھ	۵ "	لالہ	۲ تولہ
صلارس	۵ "	سنبل	"	دارچینی	
الائچی	۲ "	چھڑیلہ	۳ "	مصری	۳ "

تمام اجزا کو باریک کر کے ملائیں اور بذریعہ عرق گلاب بتیاں بنا کر [illegible] میں سکھائیں۔

اپھتلو انڈی

امریکن اوٹلی

حسب ضرورت ملائیں۔

انگریزی خوشبوئیں جنکے نسخہ جات کسی اردو کتاب میں موجود نہیں

(۱)

VIOLET

وائلٹ آئل	ایک پونڈ
الکحل	ایک کوارٹ

(۲)

وائلٹ آئل	½ پونڈ
ایکسٹریکٹ آف کیسی	۱۱ اونس
الکحل	۱۶ "

(۳)

ایکسٹریکٹ آف کیسی	½ پنٹ
" روز	۵ اونس
" ٹیوب روز	"
ٹنکچر آورس روٹ	"
برگیمٹ آئل	۷ گرین

(۴)

ایکسٹریکٹ آف وائلٹ	۶ اونس
" روز	۴ "
" ٹیوب روز	۴ "
ٹنکچر آورس روٹ	۴ "
" ایمبرگرس	½ "
آئل ٹیامنڈ	۲۰ بوند
روز واٹر سہ آتشہ	۱۱ ڈرام

(۵)

ایکسٹریکٹ آف روز	ایک پنٹ
" نیرولی	۶ اونس
ٹنکچر ونیلا	۸ اونس
" ایمبرگریس	۴ ڈرام
آئل ٹیامنڈ	۱۵ بوند

(۶)

شاہان روم کے عہد کی خوشبو کا نسخہ

ایکسٹریکٹ نیرولی	ایک ڈرام
ایسنس راٹلی	۳ "
آئل لیونڈر	۵ بوند
آئل کلوز	"
آئل رہوڈیم	"
اسپورٹ (سفوف)	۱۰ گرین
ریکٹی فائڈ سپرٹ	۱۴ "

ایک ہفتہ تک ملاکر پھر مقطر کریں

(۷)

نہایت خوشبودار مرکب

ایکسٹریکٹ آف روز	۱۵ اونس
ٹنکچر آف مسک	۱۰ ڈرام
" ایمبرگرس	۱۰ "
آئل نیرولی	۱۵ بوند
آئل رہوڈیم	۳۰ "

روز واٹر سہ آتشہ ۱۰ اونس

مصریوں کا قدیم نسخہ

جس سے قبروں اور مکانوں کو برسوں تک معطر رکھا جاتا ہے

آئیل آف نیرولی	½ اونس
″ روز	″ ″
″ صندل	″ ″
″ ویروین	¼ ″
″ برگاموٹ	″ ″
″ لیمن	″ ″
″ لوینڈر	″ ″
″ کلوز	۱۵ گرین
″ کینل	″ ″
″ گرینیل	″ ″
ٹنکچر ٹونکا	¼ اونس

½ پونڈ بیروزہ کو ایک کوارٹ الکحل میں حل کریں اور پھر تمام مندرجہ بالا تیل ملا دیں۔ اس میں سے تھوڑا سا چھڑکنا کافی ہے۔ اگر لاش پر لگانا ہو تو اول سندھ گلسرین سے ایک رنگ تیار کرکے لاش پر مل دیں۔ جب وہ خشک ہو جائے تو پھر اس تیل سے اس کو تر کریں۔

کمرہ کو معطر کرنے والا ولایتی مرکب

جیسی من واٹر	۱۰ اونس
ونیلا واٹر	۲ اونس
اکاکیا واٹر	۲ ″
ٹیوب روز واٹر	½ ″
ایسینس آف ایمبرگریس	۱۰ بوند
ٹنکچر بینزوئن	۱ پونڈ

تمام پانیوں کو خوب ملائیں۔ پھر ایک بوند ٹنکچر کی ملا کر ہلاتے رہیں۔ اس میں سے چند قطرے پانی کے ایک برتن میں ڈال کر کمرہ میں رکھیں۔ کمرہ خوشبو سے معطر ہوگا۔

مشورہ اور علاج

مصنف دوشیزہ و صنف نازک و طب مخفی و صنعت اکبر

کے سترہ سالہ تجربہ سے فائدہ اٹھایئے۔ حکیم صاحب قبلہ ہر مریض کا خط خود دیکھتے ہیں۔ اور خود اپنے ہاتھ سے نسخہ یا دوا تجویز کرتے ہیں مریضوں کے خطوط پوشیدہ رکھے جاتے ہیں۔ اور بڑی ہمدردی سے ہر ایک بات پر غور کیا جاتا ہے۔ عورتوں اور مردوں کے خفیہ امراض کا علاج بڑی جانفشانی سے کیا جاتا ہے۔ اور سینکڑوں آدمی اپنی مرادوں کو پہنچ چکے ہیں۔

لہٰذا سیلان، ورم رحم، کمی حیض یا زیادتی حیض، ضعف باہ، نامردی، عضو کی خرابیاں، پرانے بخار۔ جلدی امراض، دق و سل وغیرہ کے علاج کے لئے قبلہ حکیم صاحب سے فی الفور رجوع کیجئے

منیجر

خط و کتابت کا پتہ:-

حکیم محمد یوسف حسن

ایڈیٹر نیرنگ خیال لاہور

بعض امراض کی تیر بہدف مجربات

شفائے دنداں یہ پاؤڈر یا دانتوں کی امراض کا مکمل شافی علاج ہے پیپ اور خون کو روک کر مسوڑھوں کو صحت دینے میں بے مثل ہے۔ قیمت

لیکوریا یعنی سیلان کا علاج اس دوا کے استعمال سے لیکوریا کی بڑی سے بڑی شکایت بھی رفع ہو جاتی ہے۔ ورم رحم اور حیض کی حالت کے متعلق بھی ساتھ لکھ دیجئے تاکہ دوا بھیجتے وقت اس کا خیال رکھا جائے۔ قیمت عہ

جریان اور احتلام کی دوا حبوب اکسیر برسوں سے مروج ہے قیمت

مفرح اعظم مقوی بہشتی اور مفرح دوا ہے۔ جنرل طاقت کے لئے ہر موسم میں بطور مقوی دوا کھائی جاتی ہے قیمت

حبوب شباب دائم ہمیشہ جوان و تندرست رہنے اور بڑھاپے پر فتح پانے کے لئے یہ گولیاں مفید و مجرب ہیں۔ ۳۰ خوراک عہ

حبوب جواہرات نامردی اور کمزوری کا فوری اور واقعی علاج تیس خوراک ۲۰ روپے۔

محصول ڈاک بذمہ خریدار۔ پتہ:-

منیجر ہندی و یونانی دواخانہ

(متعلقہ نیرنگ خیال)

لاہور۔